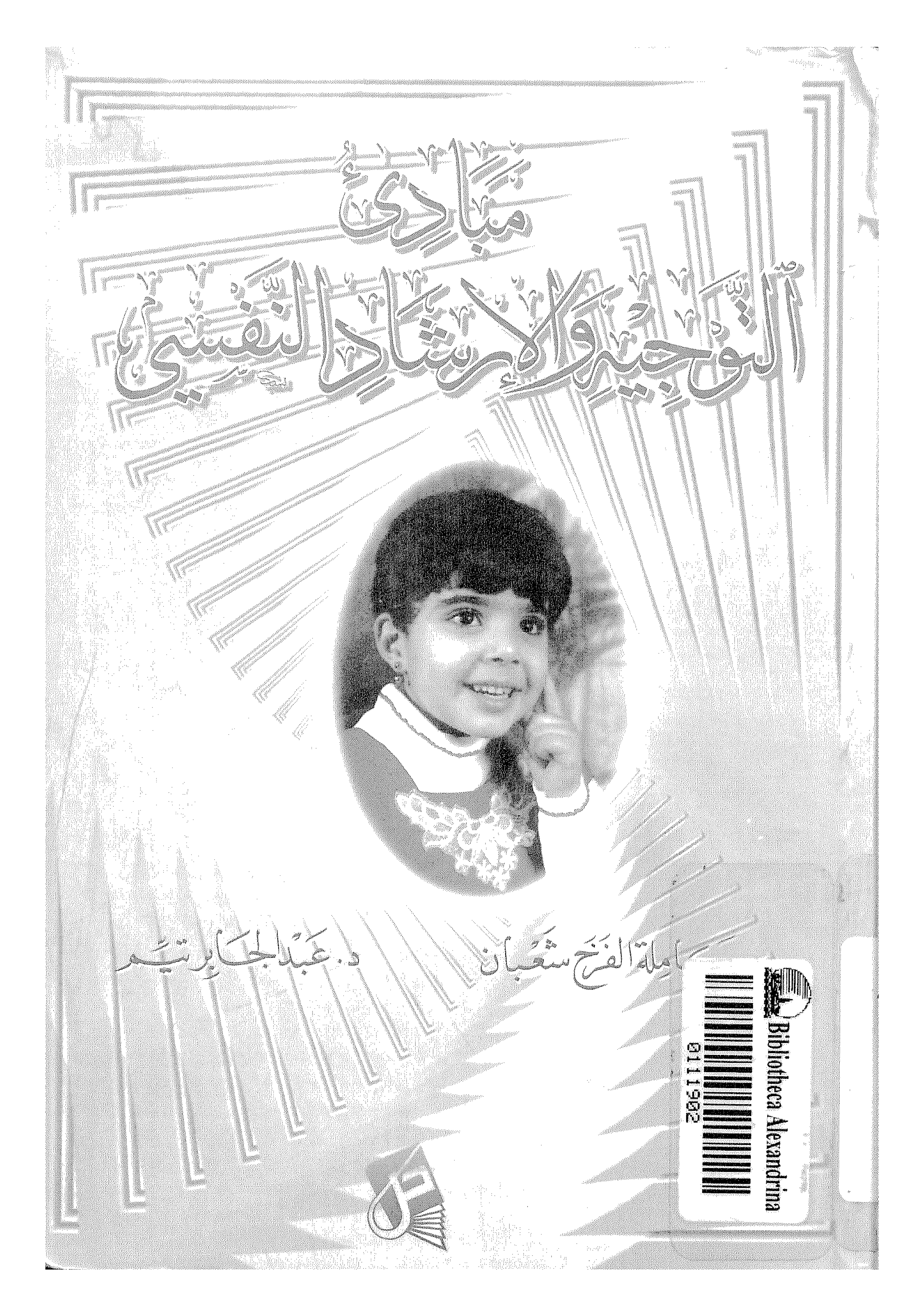

مبادئ
التوجيه والإرشاد النفسي
د. عبد الجابر تيم
املة الفرخ شعبان



بسم الله الرحمن الرحيم

﴿ وَقُلِ اعْمَلُوا فَسَيَرَى اللَّهُ عَمَلَكُمْ وَرَسُولُهُ وَالْمُؤْمِنُونَ ﴾

صدق الله العظيم

مبادئ التوجيه والارشاد النفسي



# مبادئ التوجيه والارشاد النفسي

تأليف

د. كاملة الفرخ

د. عبد الجابر تيم

الطبعة الاولـــى

١٩٩٩م - ١٤٢٠هـ

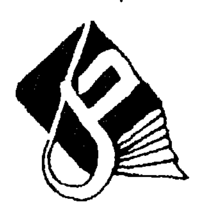
دار صفاء للنشر والتوزيع - عمان

رقم الايداع لدى دائرة المكتبة الوطنية ( ١٩٩٨/١٢/٢٠٥٩ )

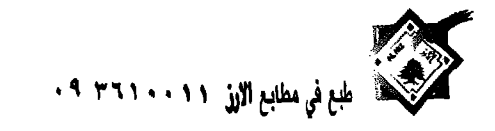
رقم التصنيف : ١٥٨.٣٥
المؤلف ومن هو في حكمه: كاملة الفرخ - عبدالجابر تيم
عنوان الكتاب : مبادئ التوجيه والارشاد النفسي
الموضوع الرئيسي : ١- الفلسفة وعلم النفس
٢- الارشاد والتوجيه الجماعي
بيانات النشر : عمان: دار صفاء للنشر والتوزيع
* - تم اعداد بيانات الفهرسة الأولية من قبل دائرة المكتبة الوطنية



الطبعة الأولى
1999 م - 1420 هـ



دار صفاء للنشر والتوزيع
عمان - شارع السلط - مجمع الفحيص التجاري - هاتف وفاكس ٤٦١٢١٩٠
ص.ب ٩٢٢٧٦٢ عمان - الاردن
DAR SAFA Publishing - Distriuting
Telefax: 4612190 P.O.Box: 922762 Amman - Jordan



طبع في مطابع الأرز ٠٩ ٣٦١٠٠١١

# المحتويات

## الوحدة السابعة: طرق الارشاد النفسي



## الوحدة الثامنة: مجالات الارشاد النفسي

**الوحدة التاسعة: برنامج التوجيه والارشاد في المدرسة**



**الوحدة العاشرة: التوجيه والارشاد التربوي في الاردن**



**الوحدة الحادية عشرة: بعض مشكلات الطلبة في المدرسة وأساليب الارشاد فيها**

# المقدمة

نتيجة للتطور التكنلوجي والتقدم العلمي الكبير، وتطور التعليم بزيادة عدد الطلاب في المدارس حدثت تغييرات في العمل والمهنة، حتى يمكن ان نعتبر عصرنا الحاضر عصر القلق وهذا يؤكد الحاجة الماسة الى التوجيه والارشاد.

لقد كان التوجيه والارشاد موجوداً فيما مضى، ويمارس دون ان يأخذ الاسم العلمي، ودون ان يشتمل على برامج، ولكنه تطور وأصبح الآن له أسسه ونظرياته وطرقه ومجالاته، وأصبح يقوم به اخصائيون متخصصون علمياً وفنياً وأصبحت الحاجة ماسة للارشاد والتوجيه في مدارسنا وفي أسرنا ومؤسساتنا التربوية والإنتاجية وفي مجتمعنا.

وفي التربية الحديثة يتركز الاهتمام بحاضر التلميذ في ضوء ماضيه من أجل التخطيط لمستقبله، فهي تتضمن التوجيه والارشاد النفسي كجزء متكامل، وتعتبر المؤسسات التربوية أكبر الأماكن التي تقدم فيها خدمات الارشاد النفسي في جميع أنحاء العالم.

والكتاب الذي بين يديك عزيزي القارىء يعرّفك على التوجيه والارشاد النفسي ويتضمن عدة مباحث تشتمل على مفهوم التوجيه والارشاد وعلاقته بالعملية التربوية، وأهداف ومناهج التوجيه والارشاد، والأسس العامة للارشاد، ونظريات الارشاد النفسي، ووسائل جمع المعلومات لأغراض الارشاد، وعملية الارشاد النفسي، وطرق الارشاد ومجالاته، وبرامج التوجيه والارشاد في المدرسة، والتوجيه والارشاد التربوي في الاردن، وأخيراً بعض مشكلات الطلبة في المدرسة

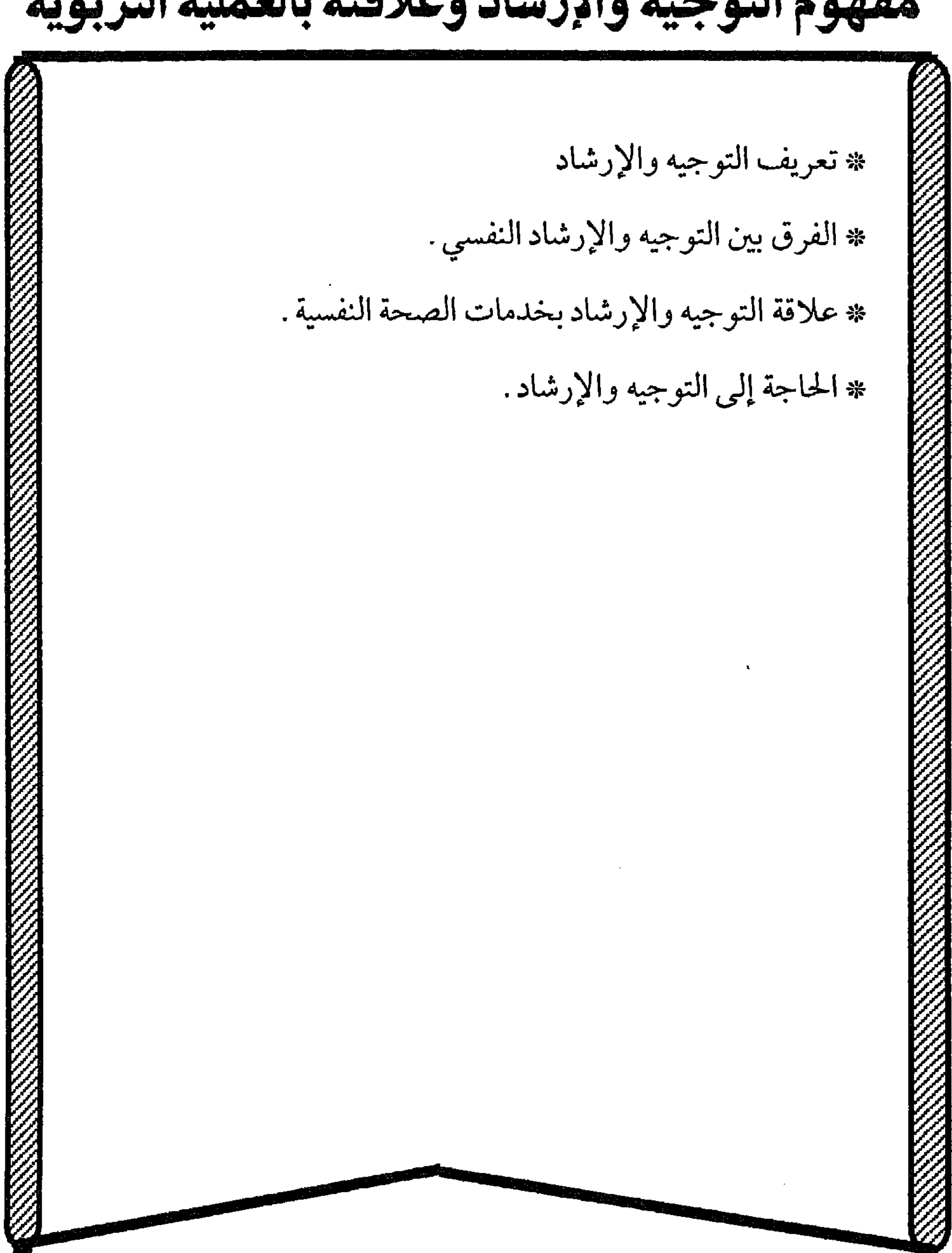
وأساليب الارشاد فيها .

إن خدمات الارشاد والتوجيه يجب ان تتوافر لكل فرد ، لتحقيق سعادته في كل ميادين حياته التربوية والشخصية والمهنية ، ولا بد للفرد ان يكون مستعداً للتوجيه والارشاد، ويشعر بالحاجة إليه

**د. كامله الفرخ**

# الوحدة الأولى

## مفهوم التوجيه والإرشاد وعلاقته بالعملية التربوية



* تعريف التوجيه والإرشاد
* الفرق بين التوجيه والإرشاد النفسي .
* علاقة التوجيه والإرشاد بخدمات الصحة النفسية .
* الحاجة إلى التوجيه والإرشاد .



# الوحدة الأولى

# مفهوم التوجيه والارشاد وعلاقته بالعملية التربوية

## تعريف التوجيه والارشاد النفسي:

هو عملية مساعدة الفرد في فهم حاضره واعداده لمستقبله بهدف وضعه في مكانه المناسب له وللمجتمع ومساعدته في تحقيق التوافق الشخصي والتربوي والمهني والاجتماعي حتى يحقق الصحة النفسية والسعادة مع نفسه ومع الآخرين في المجتمع المحيط به.

| مفهوم التوجيه النفسي | مفهوم الارشاد النفسي |
| --- | --- |
| هو مجموع خدمات نفسية أهمها الارشاد النفسي فهو يسبقها ويعد ويمهد لها. ويتضمن الأسس والنظريات والبرامج واعداد المسؤولين عن عملية الإرشاد. ويشمل المجتمع كله. وقد يكون مباشراً أو غير مباشر. | هو العملية الرئيسية في خدمات التوجيه النفسي ويشمل الارشاد الى العلاج النفسي والارشاد الى التدريس وهو عبارة عن ارشاد فردي أي وجهاً لوجه وجماعي وهو يمثل الجزء العملي في ميدان التوجيه. وقد يكون مباشراً، أو غير مباشر. |
| **الخدمات والميادين للتوجيه النفسي** | **الخدمات والوسائل والميادين للإرشاد النفسي** |
| هو مجموع الخدمات التربوية والنفسية والمهنية التي تمكن الافراد من التخطيط لمستقبلهم وفقاً لامكاناتهم وقدراتهم العقلية والجسمية وميولهم، بأساليب تحقق حاجاتهم.<br>ميادينه في المدرسة والأسرة والمهنة وتقديم المعلومات والخدمات الإرشادية والتوافق المهني. | يعتمد على وسائل متعددة كالملاحظة والمناقشة واجراء الاختبارات وقد يكون ارشاداً تربوياً أو مهنياً أو ارشاداً لحل المشكلات النفسية وأهم خدمة للارشاد هي العمل على اسعاد الفرد وميادينه:<br>أ- غرفة الارشاد في المدرسة<br>ب- العيادات النفسية<br>جـ- مركز ارشاد |

**المفاهيم الصحيحة للتوجيه والارشاد النفسي:**

* يقدم الى الافراد المرضى الاقرب الى الصحة والشفاء.

* التوجيه والإرشاد يتناول الحياة الانفعالية وجميع جوانب الشخصية ككل جسمياً وعقلياً واجتماعياً وانفعالياً وتربوياً ومهنياً وأسرياً وزواجياً.

* يتضمن الإرشاد النفسي مساعدة الفرد في أن يفهم ذاته ويوقظ عنده الدافع والقدرة على أن يعمل شيئاً لنفسه بنفسه.

* يساعد الإرشاد الفرد في أن يفهم نفسه ويحقق ذاته حسب الفرص المتاحة له.

* يقوم بالارشاد النفسي اخصائيون مؤهلون علمياً وعملياً.

**علاقة التوجيه والإرشاد بخدمات الصحة النفسية والعلوم الأخرى**

**التوجه والارشاد وعلم النفس:**

* إن علم النفس بصفة عامة يدرس السلوك في سوائه وانحرافه وهو أهم المواد التي يدرسها المرشد في اعداده مهنياً.

* **علم النفس العلاجي**: يستفيد منه الارشاد النفسي في التعرف على الشخص السليم والمريض نفسياً ومعرفة الاضطراب النفسي في نوعيه العصاب/ الذهاني.

* **علم النفس الاجتماعي**: يدرس الارشاد السلوك الاجتماعي للأفراد والجماعات ويعرف معايير السلوك الاجتماعي في الجماعة وكيفية توزيع الادوار فيها لتحقيق التوافق الاجتماعي.

* **علم نفس النمو**: يساعد الارشاد في معرفة مطالب النمو ومعاييره ويعرف نوع الفرد إذا كان عادياً أم غير عادي متقدماً أم متأخراً ويركز على نمو الذات وتحقيقها وتحقيق النضج النفسي من الحضانة حتى الشيخوخة.

* **علم نفس الشواذ**: يهدي الارشاد لمعرفة السلوك الشاذ والغريب.

* **علم النفس التربوي**: يستفيد منه الارشاد في الاهتمام بالتعلم واكتساب السلوك والعادات واخفائها وأهمية التعزيز والتعميم ومعرفة قوانين التعلم. ويهتم بالدافعية والذكاء والقدرات.

* **علم النفس الصناعي**: الذي يطبق المبادئ العامة في علم النفس على المشكلات العملية في الصناعة والانتاج والتدريب ويفيد في مجال الارشاد المهني.

* **علم النفس العام**: يفيد في دراسة الشخصية وديناميتها.

**التوجيه والإرشاد وعلم الطب:**

يتضمن الارشاد النفسي عملية علاجية وهو مليء بالمصطلحات الطبية مثل:

أ- التشخيص.

ب- المآل.

جـ- العلاج.

وهناك معلومات من علم الطب على المرشد أن يحيط بها إذ أن هناك أرضية مشتركة بين علم النفس والطب، و هناك الأمراض النفسية الجسمية. فالمعروف أن الانفعالات والضغوط النفسية لها رد فعل جسمي وفسيولوجي له أعراض وأمراض معروفة، لذلك يجب أن يكون هناك تعاون بين الفريق الطبي، والعمل كفريق له أهميته إذ على المرشد أو المعالج النفسي أن يمارس عمله في التشخيص والارشاد والعلاج النفسي وإذا ظهر ما يستدعي استشارة طبية عليه احالة المريض الى الطبيب المختص أو الطبيب النفسي. وهؤلاء ايضاً عليهم تحويل المريض النفسي الأقرب الى الشفاء للمرشد أو المعالج النفسي.

### التوجيه والارشاد وعلم الإنسان:

على المرشد أن يعرف السلوك البشري بعناصره اللغوية والمادية والثقافية في العالم ويتعرف على التقاليد والعادات، ويشترك الارشاد مع علم الانسان بدراسة شخصية الفرد والمجال البيئي والاجتماعي.

### التوجيه والارشاد وعلم الاقتصاد:

من أهم مجالات الارشاد النفسي الارشاد المهني حيث يهتم المرشد بمساعدة العميل في عالم المهنة والاقتصاد.

### التوجيه والارشاد والدين:

من أهم طرق الارشاد النفسي هو الارشاد الديني الذي يدخل الدين في ديناميات عملية الارشاد. لذلك لا بد أن يحيط المرشد النفسي علماً بالمفاهيم الدينية الأساسية مثل طبيعة الانسان كما حددها الله وأسباب الاضطراب النفسي في رأي الدين مثل الذنوب والضلال والشعور بالاثم وضعف الضمير وأعراض الاضطراب النفسي مثل الانحراف والقلق والاكتئاب ومعرفة الوقاية الدينية من الاضطراب النفسي مثل الإيمان والسلوك الديني والاخلاقي وخطوات الارشاد الديني هي الاعتراف والتوبة والاستبصار والتعلم والدعاء، وابتغاء رحمة الله والاستغفار وذكر الله والصبر والتوكل على الله.

ويجب على المرشد أن يقوم باختيار النظريات النفسية المناسبة للدين والتي لا تتعارض معه وتعديل النظريات إذا كان فيها بعض الاختلاف. ومن أخلاقيات المرشد النفسي (Athics) أن يحترم دين العميل مهما اختلف دينه وأن لا يتدخل في معتقداته لتغييرها. إن الإرشاد النفسي يحتاج إلى المرشد الذي يعرف الله ويخشاه

فهو:

١- عليه مخافة الله .

٢- السرية في العمل.

٣- الاخلاص.

٤- تقبل الإنسان كما هو دينه.

**التوجيه والارشاد والقانون:**

كثير من الحالات في الارشاد النفسي تكون متعلقة بمشكلات قانونية ومن المسؤوليات القانونية.

١- الاحتفاظ باسرار العمل.

٢- وإذا قام المرشد بأي سلوك مناف للآداب أو الأخلاق ويتعارض مع الدستور الأخلاقي للمرشدين يؤاخذ عليه قانوناً.

٣- ومن الاعتبارات القانونية ضرورة حصول المرشد أو المعالج على ترخيص رسمي لممارسة الارشاد والعلاج.

**التوجيه والارشاد وعلوم اخرى:**

مثل علم الاحصاء وعلم وظائف الاعضاء والفلسفة.

**علاقة التوجيه والارشاد بخدمات الصحة النفسية**

**تعريف الصحة النفسية:**

إنها حالة دائمة نسبياً يكون فيها الفرد متوافقاً نفسياً ويشعر بالسعادة مع نفسه ومع الآخرين ويكون قادراً على تحقيق ذاته واستغلال قدراته ويكون قادراً على

مواجهة مطالب الحياة، وتكون شخصيته متكاملة سوية وسلوكه عادياً وأن يكون متمتعاً بصحة العقل والجسم، والصحة النفسية على نوعين هما :

١- نوع نظري علمي يتناول الشخصية والدوافع والحاجات وأسباب الامراض النفسية وأعراضها وحيل الدفاع النفسي والتوافق وتعليم الناس وتصحيح المفاهيم الخاطئة واعداد وتدريب الاخصائيين والقيام بالبحوث العلمية .

٢- نوع تطبيقي عملي يتناول الوقاية من المرض النفسي وتشخيص وعلاج الامراض النفسية .

**تعريف العلاج النفسي :**

إنه نوع من العلاج تستخدم فيه الطرق النفسية لعلاج مشكلات أو اضطرابات وأمراض ذات صبغة انفعالية يعاني منها المريض وتؤثر في سلوكه . ويقوم المعالج بالعمل على إزالة الاعراض المرضية الموجودة أو تعديلها أو تعطيل اثرها، مع مساعدة المريض على حل مشكلاته الخاصة والتوافق مع بيئته واستغلال امكاناته على خير وجه ومساعدته على تنمية شخصيته ودفعها في طريق النمو النفسي الصحي حتى يصبح المريض متوافقاً نفسياً في المستقبل .

مما سبق يتضح لنا أنه لا يوجد تمييز أو تفريق بين الارشا دالنفسي والعلاج النفسي لذلك نستطيع أن نعتبر أن كل من التوجيه والارشاد النفسي والصحة النفسية والعلاج النفسي توأمين متماثلين فهما يشبهان بعضهما الى حد كبير وفيما يلي أهم الاتفاقات بين الارشاد النفسي والعلاج النفسي والصحة النفسية :

١- يهدفان الى تحقيق فهم النفس وتحقيق الذات وحل المشكلات والتوافق النفسي .

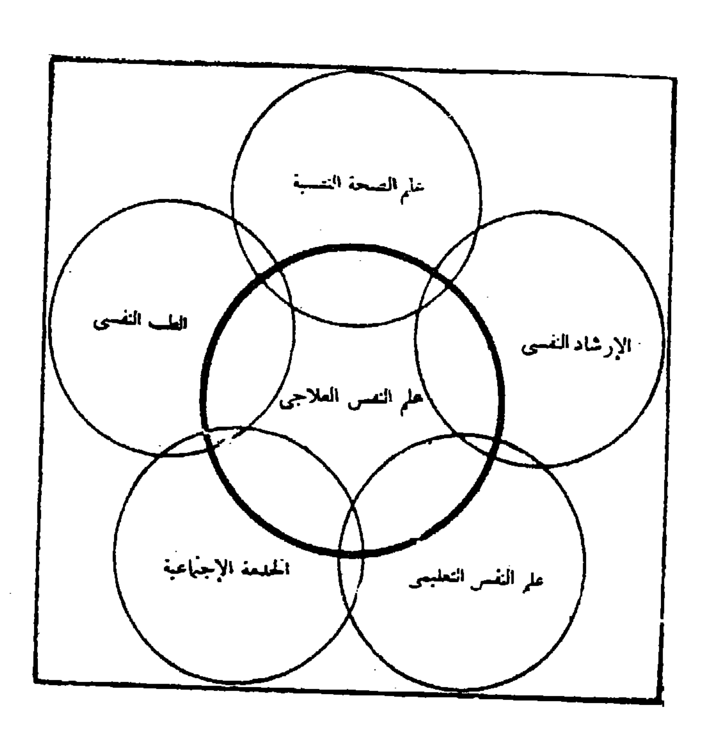
٢- يشتركان في الاسس التي يقومان عليها ومنها المقابلة ودراسة الحالة .

٣- الاستراتيجيات واحدة، وهي الاستراتيجية الانمائية والوقائية والعلاجية.

٤- الاجراءات واحدة، وهي الفحص وتحديد المشكلات والتشخيص وحل المشكلات واتخاذ القرارات والتعلم والمتابعة والانهاء.

٥- يلتقيان معاً في السوية واللاسوية او بين العاديين والمرضى.

٦- يحتاج المرشد النفسي والمعالج النفسي الى مركز ارشاد او عيادة نفسية.



## علاقة الارشاد والتوجيه بخدمات الصحة النفسية

الاختلاف بين الارشاد النفسي والعلاج النفسي

| الارشاد النفسي | العلاج النفسي |
|---|---|
| - الاهتمام بالاسوياء والعاديين اي الاقرب الى الشفاء. | - الاهتمام بمرضى العصاب وذوي المشكلات الانفعالية الحادة. |
| - المشكلات أقل خطورة. | - المشكلات اكثر خطورة وعمقاً. |
| - حل المشكلات على مستوى الوعي والشعور. | - التركيز على اللاشعور واللاوعي. |
| - العميل يعيد تنظيم بناء شخصيته وحل مشكلاته. | - المعالج هو المسؤول عن اعادة تنظيم شخصية المريض وحل مشكلاته. |
| - تدعيمي تربوي ويستغرق وقتاً أقل. | - تدعيمي بتركيز خاص ويستغرق وقتاً أطول. |
| - تقديم خدماته عادة في المدارس والجامعات والمؤسسات الاجتماعية. | - تقدم خدماته في العيادات النفسية والمستشفيات النفسية والعيادات الخاصة. |



المرض النفسي العلاج النفسي الصحة النفسية

## الحاجة الى التوجيه والارشاد النفسي

لقد كان التوجيه والارشاد فيما مضى موجوداً ويمارس بدون أن يأخذ الاسم العلمي ودون ان يشمله برنامجاً متعلماً ولكنه تطور واصبح الآن له أسسه ونظرياته وطرقه ومجالاته وبرامجه، وأصبح يقوم به اخصائيون متخصصون علمياً وفنياً وأصبحت الحاجة ماسة للارشاد والتوجيه في مدارسنا وفي أسرنا ومؤسساتنا الانتاجية وفي مجتمعنا.

ومما يؤكد الحاجة إلى التوجيه والارشاد أن الحاجةالى الارشاد نفسه من أهم الحاجات النفسية مثل الحاجة الى الأمن والحب والانجاز والنجاح.. الخ.

إن الفرد والجماعة يحتاجون الى التوجه والأرشاد، فكل فرد خلال مراحل نموه المتتالية يمر بمشكلات عادية وفترات حرجة يحتاج فيها الى إرشاد، ولقد طرأت تغيرات أسرية تعتبر من أهم ملامح التغير الاجتماعي وقد حدث تقدم علمي وتكنولوجي كبير و تطوير في التعليم وحدثت زيادة في عدد الطلاب في المدارس وحدثت تغييرات في العمل والمهنة، ونحن الآن نعيش في عصر القلق وهذا يؤكد الحاجة الماسة إلى التوجيه والإرشاد وفيما يلي تفصيل في ذلك:

### ١- التوجيه والإرشاد والتربية والتعليم:

تهتم التربية بالتلميذ ككل وبنموه كوحدة واحدة وبشخصيته من كل جوانبها جسمياً وعقلياً واجتماعياً وانفصالياً في توازن، وفي التربية الحديثة يتركز الاهتمام بحاضر التلميذ في ضوء ماضيه من اجل التخطيط لمستقبله، فالتربية الحديثة تتضمن التوجيه والارشاد النفسي كجزء متكامل.

والتربية تتضمن أيضاً عناصر كثيرة من التوجيه والتدريس وعناصر كثيرة في

تعديل السلوك، فالمؤسسات التربوية هي أكبر الاماكن التي تقدم فيها خدمات الارشاد النفسي في جميع انحاء العالم.

- إن التوجيه والارشاد النفسي والتربية والتعليم يعملان معاً في اعداد الانسان الصالح الذي يقوم بدور فعال في المجتمع عن طريق الاشراف على نموه وتحقيق غايته.

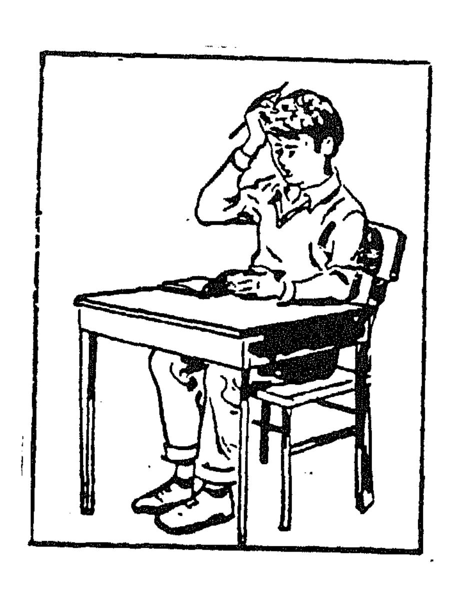
- هناك ارضية مشتركة في مجال خدمات الطلاب في الاطار التربوي إذ يركز المرشد النفسي في المدرسة على زيادة التحصيل العلمي للطلاب عن طريق اعطائهم طرق الدراسة الصحيحة ووضع البرنامج المرن وعن كيفية التذكر والتغلب على النسيان والملل والسرحان والقلق ويساعد المرشد الطالب الذي يعاني من قلق الامتحان ويساعده على فهم نفسه وتحقيق ذاته وبلورة أهداف حياته لتحقيق اهدافه.

- إن المرشد النفسي في المدرسة يتعرف على الفروق الفردية بين طلابه ويتصرف وفق قدراتهم وميولهم بواسطة تطبيق الاختبارات حتى يضع الطالب المناسب في المكان المناسب من حيث نوع دراسته ومهنته.

- إن المرشد النفسي يقوم بمساعدة التلاميذ في رسم الخطوط التربوية وفي اختيار المناهج المناسبة والمساعدة في نجاح البرنامج التربوي وفي تشخيص وعلاج المشكلات التربوية والنفسية والاجتماعية.. الخ.

- إن الارشاد في المدرسة لا يقتصر على الطلبة المتفوقين فقط ولا يوجه الخدمات الى فئة دون اخرى، إذ يركز على العلاج للأفراد العاديين والطلاب أصحاب المشاكل.

- إن العلمية التوجيهية الارشادية عملية مستمرة لا تقتصر على وقت دون الآخر ولا تتناول مرحلة دون أخرى.
- إن مسؤولية إتخاذ القرار هي مسؤولية الطالب ودور المرشد هو تقديم المساعدة التي تعينه على ذلك.



الطالب يحتاج الى الارشاد التربوي

**في مجال الأسرة وعلاقتها بالإرشاد والتوجيه:**

طرأت كثير من التغيرات على الأسرة ووظائفها وعلاقة أفرادها بعضهم ببعض لذلك فقد تتعرض الاسر إلى بعض المشاكل الجديدة نتيجة:

١ - ظهور الاسر الزواجية الصغيرة بدلاً من الاسرة الممتدة.

٢- خروج المرأة للعمل وابتعاد الأم عن بيتها وأطفالها .

٣- تغير العلاقات الاجتماعية في مجالات العمل والمهنة وفي المجتمع بشكل عام .

إن جميع هذه المشاكل بحاجة إلى الارشاد والتوجيه حتى تستقر الأسرة .



الارشاد الزواجي

# الوحدة الثانية

# أهداف ومناهج التوجيه والإرشاد

١ -الأهداف العامة للإرشاد

تحقيق الذات ، التكيف، الصحة النفسية تحسين العملية التربوية

٢- مناهج الإرشاد

المنهج النمائي ،المنهج الوقائي ،المنهج العلاجي



# الوحدة الثانية

# أهداف ومناهج التوجيه والإرشاد

## أهداف التوجيه والإرشاد النفسي:

إن أهداف التوجيه والإرشاد النفسي تحدد وجهة كل من المرشد والعميل وعملية الإرشاد نفسها وأهم الأهداف ما يلي :

### ١- تحقيق الذات :

إن هدف المرشد هو العمل مع الفرد لتحقيق ذاته سواء كان هذا الفرد عادياً أو متفوقاً أو ضعيف العقل أو متأخياً دراسياً أو متفوقاً أو ناجحاً. ومساعدته في تحقيق ذاته الى درجة يستطيع فيها أن ينظر الى نفسه فيرضى عما ينظر اليه.

إن للفرد دافع أساسي يوجه سلوكه وهو دافع تحقيق الذات ونتيجة لوجود هذا الدافع فإن الفرد لديه استعداد دائم لتنمية معرفة ذاته، وفهم وتحليل نفسه وفهم استعداداته وإمكاناته حتى يقيم نفسه وبالتالي يوجه ذاته ويوجه حياته بنفسه بذكاء وبصيرة وكفاية في حدود المعايير الاجتماعية لتحقيق هذه الأهداف .

ويصمم هذا الهدف تحت عنوان تسهيل النمو العادي وتحقيق مطالب النمو في ضوء معاييره وقوانينه حتى يتحقق النضج النفسي. كي يسهل النمو السوي الذي يتضمن التحسن والتقدم وليس مجرد التغيير، إن الإرشاد النفسي يهدف الى نمو مفهوم موجب للذات الذي يتحقق عند تطابق مفهوم الذات الواقعي مع مفهوم الذات المثالي، ومفهوم الذات هو المحدد الرئيسي للسلوك.

### ٢- تحقيق التكيف والصحة النفسية:

إن التكيف يعني التوافق الذي يسعى الى تحقيقه التوجه والإرشاد ويتناول

السلوك والبيئة الطبيعية والاجتماعية بالتغيير والتعديل حيث يحدث توازن بين الفرد وبيئته وهذا التوازن يتضمن إشباع حاجات الفرد ومتطلبات البيئة .

**وأهم مجالات التوافق النفسي والتكيف ما يلي :**

١- تحقيق التوافق الشخصي : أي تحقيق السعادة مع النفس والرضا عنها وإشباع الداخلية الأولية الفطرية والعضوية والتوافق لمطالب النمو .

٢- تحقيق التوافق التربوي : وذلك عن طريق مساعدة الفرد في إختيار أنسب المواد المدرسية والمناهج في ضوء قدرته وميوله حتى يحقق النجاح الدراسي .

٣- تحقيق التوافق المهني : يتضمن اختيار المهنة المناسبة والاستعداد لها علمياً وعملياً حتى يكون الفرد منجزاً وكفؤاً فيشعر بالرضا والنجاح ، أي وضع الفرد المناسب في المكان المناسب له وبالنسبة للمجتمع .

٤- تحقيق التوافق الاجتماعي : ويتضمن السعادة مع الآخرين والالتزام بأخلاقيات المجتمع ومسايرة المعايير الاجتماعية وقواعد الضبط الاجتماعي وتقبل التغيير الاجتماعي والتفاعل الاجتماعي السليم والعمل لخير الجماعة .

ويدخل ضمن التوافق الاجتماعي التوافق الأسري والتوافق الزواجي . وبذلك تتحقق الصحة النفسية وسعادة وهناء الفرد .

ويلاحظ هنا فصل تحقيق الصحة النفسية كهدف عن تحقيق التوافق والتكيف فالفرد قد يكون متوافقاً ومتكيفاً مع بعض الظروف ولكنه قد لا يكون صحيحاً نفسياً لأنه قد لا يكون مسايراً لنفسه ولكنه مسايراً للبيئة الخارجية . إذن فالصحة النفسية هي أن يكون الفرد راضياً داخلياً وخارجياً عن وضعه ، ويرتبط بتحقيق الصحة النفسية هدف حل مشكلات الفرد أي مساعدته في حل مشكلاته بنفسه ، ويتضمن

ذلك التعرف على أسباب المشكلات وأعراضها وإزالة الأسباب وإزالة الأعراض .

**مناهج الارشاد النفسي**

**١ ـ المنهج الإنمائي :**

ترجع أهمية المنهج الإنمائي الى ان خدمات التوجيه والارشاد تقدم أساساً الى العاديين لتحقيق زيادة كفاءة الفرد وتدعيمه حتى يحصل على التوافق الى أقصى حد ممكن .

وللمنهج الإنماني أهمية في تخطيط برامج التوجيه والارشاد النفسي في المدارس ويتضمن المنهج الإنمائي رعاية وتوجيه النمو السليم السوي والارتقاء بالسلوك لدى الأسوياء والعاديين خلال رحلة نموهم طول العمر حتى يتحقق الوصول بهم الى أعلى مستوى ممكن من النضج والصحة النفسية والسعادة والكفاية والتوافق النفسي .

مجالات تحقيق المنهج الإنمائي هي :

أ ـ معرفة وفهم وتقبل الذات .

ب ـ نمو مفهوم موجب للذات .

جـ ـ تحقيق وتحديد أهداف سليمة للحياة .

د ـ أسلوب موفق لدراسة القدرات والميول .

هـ ـ رعاية مظاهر نمو الشخصية جسمياً وعقلياً واجتماعياً وانفعالياً .

**٢ ـ المنهج الوقائي :**

يهتم بالاصحاء ليقيهم ضد حدوث المشكلات والاضطرابات النفسية وهو على مستويات ثلاث هي :

أ ـ الوقاية الأولية : منع حدوث المشكلة بإزالة الأسباب .

ب ـ الوقاية الثانوية : محاولة الكشف المبكر وتشخيص الاضطراب في مرحلته الاولى .

جـ ـ الوقاية من الدرجة الثالثة وتتضمن محاولة تقليل أثر الاضطراب ومنع ازدياد المرض .

وهناك الوقاية عن طريق الاهتمام بالصحة العامة ورعاية النمو النفسي والتوافق المهني والمساندة أثناء الفترات الحرجة والتنشئة الاجتماعية السليمة وإجراء البحوث والتخطيط .

**٣ ـ المنهج العلاجي :**

ويتضمن علاج المشكلات والاضطرابات النفسية حتى العودة الى حالة التوافق والصحة النفسية ، ويهتم المنهج بنظريات الاضطراب والمرض النفسي وأسبابه وتشخيصه وطرق علاجه وتوفير المعالجة ، وهو يحتاج الى تخصص أدق .

# الوحدة الثالثة

# الأسس العامة للإرشاد

١- المسلمات العامة

- ثبات ومرونة السلوك الإنساني، إجتماعية السلوك
- استعداد الفرد للتوجه
- حق الفرد في الاختبار، التقبل، الاستمرار

٢- أخلاقيات الإرشاد والتوجيه

٣- الأسس النفسية والتربوية للإرشاد

٤- الأسس الاجتماعية

٥- الأسس العصبية والفسيولوجية

الأسس العامة للارشاد النفسي



# الوحدة الثالثة

# الأسس العامة للإرشاد

## الأسس العامة للإرشاد:

التوجيه والإرشاد النفسي علم وفن يقوم على أسس عامة تتمثل في عدد من المسلمات والمبادئ التي تتعلق بالسلوك البشري والعميل وعملية الإرشاد . وعلى أسس فلسفية ونفسية تربوية تتعلق بالفروق الفردية والفروق بين الجنسين ومطالب النمو وعلى أسس عصبية وفسيولوجية تتعلق بالجهاز العصبي والحواس وأجهزة الجسم الأخرى. وعلى أسس اجتماعية تتعلق بالفرد والجماعة ومصادر المجتمع وأهم المسلمات العامة هي :

**أ- ثبات ومرونة السلوك الإنساني وإمكانية التنبؤ به:**

**تعريف السلوك :**

هو أي نشاط حيوي هادف سواء كان جسمياً أو عقلياً أو إجتماعياً أو إنفعالياً . يصدر من الكائن الحي نتيجة لعلاقة دينامية وتفاعل بينه وبين البيئة المحيطة به . والسلوك عبارة عن استجابة أو استجابات لمثيرات معينة .

والسلوك نوعان:

١- السلوك الانعكاسي.

٢- السلوك الاجتماعي .

١- **السلوك الانعكاسي**: هو أبسط أنواع السلوك ومعظمه وراثي وغير اجتماعي وهو سلوك لا إرادي مثل رمش العين / التثاؤب . . . الخ .

٢- **السلوك الاجتماعي** : يتضمن علاقات بين أفراد الجماعة ويحتاج الى تشغيل المراكز العقلية العليا وهو سلوك متعلم إرادي محدود اجتماعياً .

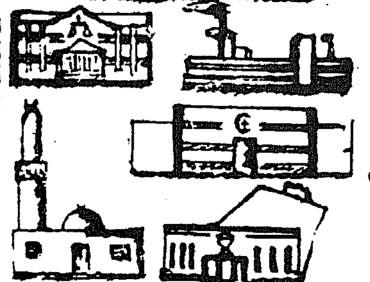
إن السلوك الإنساني في جملته مكتسب متعلم من خلال عملية التنشئة الاجتماعية والتربية والتعليم وهو يكتسب صفة الثبات النسبي والتشابه بين الماضي والحاضر والمستقبل لذلك فيمكن التنبؤ به عند الأشخاص العاديين وفي المواقف العادية تحت ظروف ومتغيرات عادية . والسلوك الإنساني مرن رغم ثباته وهو قابل للتعديل والتفسير أي أن الثبات النفسي للسلوك الإنساني لا يعني جموده، فدور المرشد النفسي هو تغيير وتعديل السلوك الإنساني وعلى المرشد النفسي دراسة عينات ممثلة من سلوك الفرد في مواقف متنوعة في الحياةاليومية ودراسة تاريخ الفرد واستنتاج أسلوب حياته. ويجب الإحاطة باتجاهات ومعايير النمو في الشخصية العادية ومعرفة العلاقات الاجتماعية .

إن السلوك الانساني مرن وقابل للتعديل في السلوك الظاهري والتنظيم . الأساسي للشخصية ومفهوم الذات مما يؤثر على السلوك وتغيير السلوك المضطرب أو المرضي إلى سلوك سوي وعادي .

**أماكن جمع المعلومات الإجتماعية:**

أ- المدارس، الجامع، النوادي، الأسرة.

ب- إستعداد الفرد للتوجيه والإرشاد وحقه في ذلك



أماكن جمع المعلومات الاجتماعية

بناء للحاجة الأساسية لدى الفرد العادي فهو بحاجة للتوجيه والارشاد وكل منا حين يواجه مشكلة يلجأ الى الآخرين طلباً للتوجه والإرشاد . فالإرشاد حق من حقوق كل فرد حسب حاجته . ولا بد للفرد أن يكون مستعداً للتوجيه والإرشاد ويشعر بالحاجة اليه ويقبل عليه ويثق في عملية الإرشاد ويتوقع الاستفادة منه .

إن من واجب الدولة توفير وتيسير خدمات التوجيه والإرشاد لكل فرد يحتاج اليه فهي حق لمن ينمو في تطوره العادي ولمن يمر بمراحل حرجة ولمن يتعرض لمشكلات شخصية أو تربوية أو مهنية أو زواجية أوأسرية .

إن خدمات التوجيه والإرشاد يجب أن تتوافر لكل فرد لتحقيق سعادته في كل ميادين حياته التربوية والشخصية والمهنية .

جـ- حق الفرد في الاختيار والتقبل والاستمرار : من أهم مبادئ التوجيه والإرشاد النفسي الاعتراف بمقام الفرد وقيمه وحقه في اختيار وتقرير مصيره .

١- إن الإرشاد ليس إجباراً ولا يوجد فيه أوامر ولا وعظ ولا نصح ولا حلول جاهزة ، إنه ليس شيئاً يعمله المرشد للعميل ولكنه عملية مساعدة تتيح الفرصة للقوى الخيرة والإيجابية في الإنسان أن تعمل وأن تظهر فيستطيع أن يتعلم كيف يحل مشكلاته بالطريقة التي يراها مناسبة . «ليس هناك من هو أعرف بالفرد من نفسه» .

٢- الإخلاص للفرد كما هو والثقة به واحترامه مهما كان جنسه أو دينه أو لونه أو مستواه الاجتماعي أو الاقتصادي وإتاحة الفرصة أمامه لكي ينمو ويستغل إمكاناته وإمكانات بيئته الى أقصى حد تؤهله له هذه الإمكانات ، إن للفرد الحق في أن يدرس ما يشاء وأن يعمل في العمل الذي يفضله كما أن له الحق في أن يأكل ما يشتهي .

٣- تقبل العميل ، يقوم الإرشاد النفسي على أساس تقبل المرشد للعميل كما هو

وبدون شروط وبلا حدود لتحقيق العلاقة الإرشادية الطيبة المطلوبة المتبادلة في العملية الإرشادية . فالعميل يلجأ الى المرشد يلوذ به ليطمئن نفسياً وله حق التقبل وسعة الصدر والطمأنينة والشعور بالأمن وإزالة الكرب ، فالأساس هو تقبل العميل ككل مهما كان سلوكه وعلى المرشد عدم تقبل سلوك العميل الشاذ ولكن عليه تعديله .

٤- إستمرار عملية الارشاد من الطفولة الى الكهولة ففي الطفولة يقوم الوالدان بعملية الارشاد وفي المدرسة يقوم المرشد وفي الحياة العامة يسعى الفرد الى الأخصائي النفسي ، وعلى المرشد متابعة خدماته ، فالإرشاد خدمة مستمرة ، منتظمة يحتاج لها الفرد في حياته .

**أخلاقيات الإرشاد والتوجيه:**

يركز العلماء النفسيون على أهمية الأخلاق (Ethics)على أن يكون سلوك الفرد سلوكاً حسناً صحيحاً يؤدي الى ما يحقق حريته وأمنه وحرية وأمن الآخرين .

ومعظم المرشدين والمعالجين النفسيين يعملون في هدى دستور أخلاقي يحكم سلوكهم ويلتزمون به في المواقف المهنية لعملية الإرشاد لمصلحة المرشد والعميل والمجتمع والمهنة ، وقد نشرت جمعية علم النفس الأمريكية ورابطة المرشدين النفسيين الأمريكية ما يسمى الدستور الأخلاقي للمرشدين والمعالجين النفسيين ويتضمن ما يلي :

١- تعريف المرشد ما يجب عليه أن يعمله في عملية الإرشاد بصفة عامة وفي مواقف الصراع والطوارئ ، التي قد تنشأ خلال الممارسة .

٢- تحديد مسؤوليات المرشد تجاه العميل .

٣- تحديد حقوق المرشد وحدوده في العملية الإرشادية .

٤- تحديد الإطار الاجتماعي وحقوق المجتمع على كل من المرشد والعميل .

أهم أخلاقيات الإرشاد النفسي :

**١- العلم والخبرة :**

الإرشاد النفسي خدمات متخصصة . ومن ثم يجب أن يكون المرشد مؤهلاً ومزوداً بالعلم والمعرفة المتخصصة والخبرات والمهارات اللازمة لذلك . وأن يكون دائماً حريصاً على التزود بالمعلومات الأكاديمية وعن دراية بالدراسات والبحوث في ميدان الإرشاد .

**٢- الترخيص :**

هذا شرط أساسي لممارسة الإرشاد وتحمل مسؤولياته إذ يتوجب على المرشد أن يكون مؤهلاً علمياً وعملياً ومرخصاً رسمياً .

**٣- سرية المعلومات :**

تحتل مكاناً هاماً بين أخلاقيات الإرشاد وهي واجب وأمانة للمرشد ، والمعلومات تكون سرية على الجميع حتى على الأهل ورجال القانون ولا يمكن أن يباح بأي سر إلا بتصريح من العميل ، ومن المستحسن أن يكون كتاباً ، والسرية نسبية ، فيستطيع المدرس مثلاً أن يبوح بها في موقف تعليمي بدون ذكر الإسم أو ما يدل عليه .

وأيضاً لا يجوز للمرشد أن يسجل أسرار العميل إلا بعد سماح العميل بذلك . وإن المرشد الذي يبوح بأسرار العميل يشوه سمعته ومكانته بين العملاء .

**٤- القسم :**

وقبل أن يحصل المرشد أو المعالج على الترخيص بممارسة الإرشاد أو العلاج

لا بد أن يقسم قسم المهنة الذي من أهم بنوده مراعاة الله في عمله ومراعاة أخلاقيات المهنة .

**٥- العلاقة المهنية :**

لا بد أن تكون العلاقة الارشادية بين المرشد والعميل علاقة مهنية في إطار عدد من المعايير الاجتماعية والأخلاقية والقانونية المعروفة . وينبغي أن لا تتطور العلاقة المهنية الى أي نوع آخر من العلاقات .

**٦ ـ العمل المخلص :**

الارشاد النفسي عمل إنساني من الدرجة الأولى ويحتاج إلى الإخلاص ، ويتضمن ذلك تقديم أكبر قدر ممكن من العمل المخلص . واستخدام أنسب وأجدى الوسائل والطرق الارشادية التي تتفق مع العميل ومشكلته ، حتى يشعر المرشد بالرضا وراحة الضمير حيث يبتغي وجه الله سبحانه وتعالى .

**٧- العمل كفريق :**

يجب أن يقوم بعملية الارشاد النفسي فريق متكامل متعاون من الاخصائيين مثل المرشد النفسي والطبيب النفسي والاخصائي الاجتماعي ، بحيث يتيح ذلك فرصة تقديم الخدمات المتخصصة من كافة النواحي حتى يتحقق الهدف ، فمعظم الاضطرابات النفسية لها أسبابها الاجتماعية ومظاهرها الجسمية وعناصرها النفسية وآثارها الاجتماعية .

**٨- احترام اختصاص الزملاء :**

يجب احترام اختصاص الزملاء في فريق الارشاد واحترام آرائهم وعملهم حتى ولو كانوا من فريق آخر وعدم القيام بعمل من اختصاص الآخرين مهما كان ذلك سهلاً .

### ٩- الاستشارة المتبادلة :

يجب القيام بالاستشارة المتبادلة مع الزملاء والخبراء والاستعانة بالاخصائيين الآخرين، فأحياناً يحتاج المرشد إلى مشورة الطبيب النفسي أو الطبيب الباطني أو طبيب الأعصاب أو المحامي أو عالم الدين.

### ١٠- الإحالة :

ينبغي إحالة العميل إلى اخصائي آخر. إذا تطلب الأمر ذلك كأن تكون الحالة ليست من اختصاصه أو ليست في حدود إمكاناته أو تحتاج إلى الاستعانة باخصائي آخر خصوصاً إذا كان الشك في وجود مرض عقلي أو عضوي.

### ١١- كرامة المهنة :

لا يصح للمرشد أن يعرض أعماله على الناس في الأماكن العامة وفي الجلسات العامة وفي وسائل الاعلام، وحتى في حالة الإعلان عليه المحافظة على كرامة المهنة. إن الارشاد النفسي مهنة لها مكانتها ومكانها.

ولا بد أن يسعى لها من يحتاج إليها. كذلك يجب اتباع السلوك الشخصي والمهني الذي يتفق مع كرامة المهنة.

### ١٢- التكاليف :

في حالة الارشاد الخاص الذي يدفع العميل تكاليفه يجب أن تكون التكاليف بالمعروف دون استغلال وإرهاق للعميل، ويجب أن لا تتحكم التكاليف في عملية الارشاد مهما كانت الظروف.

وفي حالة الارشاد المجاني على حساب الدولة يجب أن يعطي المرشد حق العميل كاملاً في الخدمة والاخلاص وكأنه يدفع التكاليف فعلاً فالمسألة مسألة ضمير وأخلاق.

### ١٣- التغير :

ينظر المرشد للعميل على أنه كائن يتغير رغم بقائه نفس الشخص .

### ١٤- المنطق :

يحتاج المرشد الى دراسة المنطق وإلى التفكير المنطقي الذي يقوم على تحديد الأسباب للسلوك المضطرب من أفكار غير منطقية واستعمال الاقناع والمنطق .

### الأسس النفسية والتربوية للارشاد:

الفروق الفردية : وهي مبدأ وقانون أساسي في علم النفس .

أ- إن الافراد يختلفون كماً وكيفاً : إن لكل فرد عالمه الخاص الفريد وشخصيته الفريدة المميزة عن باقي الافراد وله حاجاته وقدراته وهو يختلف عن غيره بسبب سماته الموروثة وخصائصه المكتسبة .

ب- إدراك الفرد لذاته : يختلف عن ادراك الآخرين لها وادراكه للبيئة يختلف عن ادراك الآخرين لها وإدراك الفرد لذاته ولبيئته يتأثر بعوامل كثيرة منها مستوى نموه ومستوى تعليمه وطبقته الاجتماعية والمجتمع الذي يعيش فيه .

جـ- الاتفاق في الادراك العام بين الافراد مرجعه وجود الخبرات المشتركة المتشابهة بصفة عامة . وحتى هذا الاتفاق لا يكون تاماً ولكن يكون متقارباً وهذا التقارب هو الذي يؤدي الى التفاهم والتوافق .

### الخلاصة :

يجب أن توضع الفروق الفردية في حساب المرشد النفسي فالمرشد عليه أن يعرف ما يتعلق باسباب المشكلات النفسية فبعض العوامل العامة التي تسبب مشكلة عند فرد لا تسبب مشكلة عند فرد آخر . وهذا سبب لتعدد طرق الارشاد فليس ثمة

طريقة واحدة تناسب كل العملاء لما بينهم من فروق فردية .

د- الفروق بين الجنسين : هناك فروق فسيولوجية وجسمية واجتماعية وعقلية وانفعالية . وتلعب التنشئة الاجتماعية دوراً هاماً في ابراز هذه الفروق بين الجنسين في الادوار الاجتماعية التي يقوم بها أفراد كل من الجنسين مثال (اللباس، العمل المتاح، المهنة ) وإلى جانب الفروق بين الجنسين هناك فروق نفسية ، نحن نعرف أن الذكورة والأنوثة النفسية تتحدد في ضوء ما إذا كان سلوك الفرد أكثر ميلاً نحو السلوك الذكري أو نجد السلوك الأنثوي بصرف النظر عن جنسه وفي الارشاد النفسي نجد بعد الذكورة / الانوثة أمراً مهماً لأنه لا يمكن القول أن عملية الارشاد تكون واحدة .

إن الفروق بين الجنسين لها أهميتها في كل مجالات الإرشاد خصوصاً الإرشاد المهني والارشاد الأسري والزواجي .

هـ- مطالب النمو : يتطلب النمو النفسي السوي للفرد في كل مرحلة من مراحل النمو عدة أشياء . وهذه الأشياء يجب أن يتعلمها الفرد كي يصبح سعيداً وناجحاً في حياته ، إنها مظاهر تظهر في مراحله المتتابعة .

- توضح كل مرحلة عمرية نمو الفرد ومطالبه من التوجيه والارشاد .

- توضح كل مرحلة عمرية نمو الفرد ومطالبه من تحقيق لذاته واشباعه لحاجاته .

- تنتج مطالب النمو من تفاعل مظاهر النمو العضوي وآثار الثقافة ومستوى طموح الفرد .

- إن هناك تكاملاً افقياً ورأسياً في السلوك بمعنى أن الفرد الذي يحقق مطلباً من مطالب النمو تحقيقاً حسناً يميل الى تحقيق باقي المطالب في المرحلة بدرجة جنسه أيضاً وهو أيضاً يميل إلى الاستمرار في تحقيق مطالب النمو في المراحل التالية بدرجة مماثلة من النجاح .

**أهم مطالب النمو خلال مراحل النمو المتتابعة:**

**أ- مطالب النمو في مرحلة الطفولة :**

المحافظة على الحياة، تعلم المشي والأكل والكلام وضبط الاخراج والفروق بين الجنسين والألعاب والنشاط وتحقيق التوازن الفسيولوجي وتعلم القراءة والكتابة والحساب وتعلم التفاعل الاجتماعي مع الزملاء وما يتوقعه الوالدان والرفاق وتكوين الصداقات والتحكم بالبيئة وتكوين الضمير ومعايير الاخلاق والقيم وتعلم المشاركة في المسؤولية والاستقلال الشخصي ونمو الذات وتعلم ضبط الانفعالات وضبط النفس.



سلوك شخصي - اجتماعي

(نهاية العام الأول)

**ب- مطالب النمو في مرحلة المراهقة :**

نمو مفهوم سوي للجسم وتقبله، تقبل الدور الجنسي والتغيرات التي تحدث نتيجة للنمو الجسمي والفسيولوجي والتوافق معها، وتكوين المهارات والمفاهيم العقلية الضرورية، استكمال التعليم، تكوين علاقات جيدة مع رفاق السن، نمو

الثقة في الذات، تقبل المسؤولية الاجتماعية، ابتداء الاهتمامات، اختيار المهنة، تحقيق الاستقلال اقتصادياً، ضبط النفس بخصوص السلوك الجنسي، الاستعداد للزواج والحياة الأسرية، تكوين المهارات ومعرفة السلوك الاجتماعي المقبول، الاستقلال الانفعالي عن الوالدين.

**جـ-مطالب النمو في مرحلة الرشد:**

تقبل التغيرات الجسمية والتوافق معها، توسيع الخبرات العقلية والمعرفية، تربية الاولاد وتنشئتهم اجتماعياً، التطبيع والاندماج الاجتماعي، ممارسة المهنة والتوافق معها، تكوين مستوى اقتصادي مناسب، ممارسة الحقوق المدنية، تحمل المسؤولية الاجتماعية والوطنية، تنمية الهوايات، تقبل الوالدين والشيوخ ومعاملتهم معاملة طيبة، تحقيق الاتزان الانفعالي.

**د- مطالب النمو في مرحلة الشيخوخة:**

التوافق بالنسبة للضعف الجسمي، والمتاعب الصحية وقلة النشاط وتحقق الميول وتنويع الاهتمامات، التوافق بالنسبة للتقاعد وترك العمل ونقص الدخل والتقبل للمساعدة من الآخرين، التوافق بالنسبة للتغيرات الأسرية وترك الأولاد للأسرة، التوافق لموت الزوج أو الأصدقاء، تنمية العلاقات الاجتماعية، تحقيق التوافق مع رفاق السن، الوفاء بالالتزامات الاجتماعية والوطنية، تقبل التغير الاجتماعي المستمر والتوافق معه ومع الجيل الجديد، تهيئة الجو النفسي والصحي المناسب للحياة الصالحة لهذه المرحلة .

**الأسس الاجتماعية:**

إن الإنسان كائن اجتماعي، لذلك تسهم الأسرة والمدرسة والرفاق ووسائل الإعلام ودور العباد، بصفة عامة في تنميته اجتماعياً. والإنسان يعيش في واقع اجتماعي له معاييره وقيمه يؤثر ويتأثر بها وفي الارشاد يوجد الارشاد الجماعي: إن

الحضارة المتقدمة السريعة التغير تجعل الإنسان بحاجة للارشاد، وهناك نوعان من الضغط الاجتماعي يدفعان الفرد الى مسايرة معايير الجماعة والالتزام بأمرهما :

الاول توجه الجماعة للفرد الثاني ينشأ داخل الفرد، ويتأثر السلوك الاجتماعي بما يلي :

**أ- الجماعة المرجعية :**

وهي الجماعية التي يرجع إليها الفرد في تقييم سلوكه الاجتماعي وهي اكثر الجماعات اشباعاً لحاجاته وتشارك أعضاءها بالاتجاهات والقيم والمثل ويوجد معها وهي تحدد مستويات طموحه واطاره المرجعي .

**ب- الثقافة الاجتماعية :**

التي ينتمي اليها الفرد بما فيها من عادات وتقاليد وعرف واخلاقيات وفولكلور ولغة ودين وتراث . . الخ ويتعصب لها ويعتقد أن أساليبها السلوكية هي أصح الأساليب .

**جـ- جماعة الأقلية :**

في المجتمع الكبير ولها سيكولوجيتها وسوسيولوجيتها وقد تكون هذه الاقلية دينية أو سلالية أو مهنية أو لغوية أو أقلية ممتازة (الشركس) أو مواطنين من الدرجة الثانية (عند اليهود) .

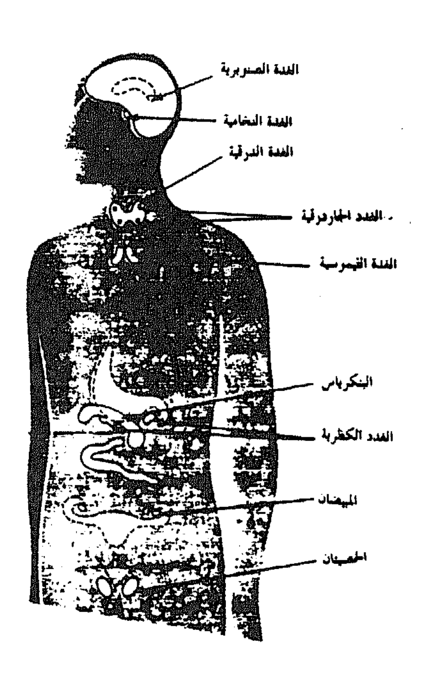
**الاستفادة من مصادر المجتمع :**

إن المسؤولين عن برنامج التوجيه والارشاد النفسي يستفيدون من المساعدة الممكنة من سائر المؤسسات الاجتماعية ومنها المؤسسات الدينية ومؤسسات الخدمة الاجتماعية، ومؤسسات التأهيل المهني ومؤسسات رعاية المعوقين وتعتبر المدرسة من أهم المؤسسات الاجتماعية من حيث قدرتها على تقديم الخدمات الارشادية

لأكبر عدد من أطفال المجتمع وشبابه .

فهدف الارشاد النفسي هو تحقيق الذات والتوافق والصحة النفسية ويتضمن شعور الفرد مع نفسه ومع الآخرين .

إذن على المرشد أن يضع في حسابه أنه يتعامل مع عميل عضو في جماعة ويعيش في مجال اجتماعي .




أماكن الغدد الصماء

## الأسس العصبية والفسيولوجية:

### النفس والجسم :

العميل إنسان يتكون جسمه من الأجهزة الحيوية مثل الجهاز العصبي والتنفسي والهضمي والغدد . . الخ وكل جهاز يتخصص في أداء وظائف مختلفة ، لذلك تتأثر الحالة النفسية بالحالة الجسمية ، والعكس صحيح في التوازن تحت الظروف العادية ويعتبر الجسم وسيطاً بين البيئة الخارجية وبين الذات ككيان نفسي ويؤدي الضغط الانفعالي الشديد المزمن واضطراب الشخصية إلى اختلال هذا التوازن ، لذلك يحتاج المرشد الى معرفة عصبية وفسيولوجية الجسم حتى يتمكن من مساعدة العميل . إذ على المرشد أن يعرف شيئاً عن الجسم حيث التكوين والوظيفة وعلاقتها بالسولك بصفة عامة ، وبالاضافة الى ذلك يحتاج الى التفريق بين الاضطرابات العادية ، والاضطرابات الهستيرية والاضطرابات النفسية الجسمية ، والاضطرابات العضوية .

### الجهاز العصبي :

وهو يسيطر على أجهزة الجسم بواسطة رسائل عصبية خاصة تنقل الاحساسات (المثيرات) الداخلية والخارجية ويستجيب لها ، مما يؤدي الى تكيف الجسم لوظائفه وبفضل الجهاز العصبي يتفاعل الجسم مع البيئة ويقوم الجهاز العصبي بوظيفة حسية ووظيفة حركية وتتم فيه العمليات العقلية العليا ، ويختص كل عصب من أعصاب المخ بوظيفته المحددة له ، وفوق هذا كله فإن الجهاز العصبي هو الذي يصدر عنه السلوك السوي واللاسوي وهذا يعتبر هام لنا .

اذا حدث انفعال مزمن وتحول عن طريق الجهاز العصبي المركزي الى أعراض

جسمية في شكل خلل في أعصاب الحس والحركة تصيب أعضاء الجسم الذي يتحكم فيها الجهاز العصبي المركزي (الارادي) مثل الحواس وجهاز الحركة يُسمى الهستيريا، ومن الأعراض الحسية للهستيريا، العمى الهستيري والصمم الهستيري وفقدان حاسة الذوق وحاسة الجلد والألم الهستيري ومن الأعراض الحركية للهستيريا، الشلل الهستيري والرعشة والتشجنج والخرس الهستيري.

اذا حدث انفعال مزمن وتحول عن طريق الجهاز العصبي الذاتي الى أعراض جسم تصيب أعضاء الجسم التي يتحكم فيها الجهاز العصبي الذاتي (اللاارادي) ظهرت الاضطرابات النفسية الجسمية ومن أعراضها، الذبحة الصدرية وعصاب القلب وارتفاع وانخفاض ضغط الدم وفي الاغماء وفي الجهاز التنفسي، الربو الشعبي وفي الجهاز الهضمي مثل قرحة والتهاب المعدة والامساك والاسهال المزمن، وفي الجهاز الدوري، مرض السكر والبدانة والتسمم الدرقي وفي الجهاز التناسلي العنة والبرود واضطراب الحيض والعقم وفي الجهاز البولي كثرة التبول وهناك أمراض جلدية أيضاً، أهمها الحساسية وحب الشباب وتساقط الشعر.



# الوحدة الرابعة

# نظريات الارشاد النفسي

١- أهمية النظرية في الارشاد

٢- الارشاد المتمركز حول المسترشد (روجرز)

٣- النظرية السلوكية

٤- نظرية التحليل النفسي

٥- الاتجاه العقلي الانفعالي



# الوحدة الرابعة

# نظريات الارشاد النفسي

**أهمية النظريات في الارشاد:**

إن الارشاد النفسي علم يقوم على نظريات علمية فممارسة الارشاد النفسي تعتبر فن من فنون العلاقات الاجتماعية يقوم على أساس علمي، ويحتاج إلى دراسة علمية في الجامعات، وتدريب عملي فني قبل الممارسة في مراكز الارشاد والعيادات النفسية لذلك فعلى المرشد النفسي أن يعمل في ضوء نظرية، والنظرية النفسية. اطار عام يضم مجموعة منظمة متناسقة متكاملة من الحقائق والقوانين التي تفسر الظاهرات النفسية.

**مضامين النظرية هي:**

١- الفروض الأساسية التي بنيت عليها. ويجب أن تكون ذات صلة بالوقائع.

٢- مجموعة التعريفات الاجرائية أو التجريبية.

٣- تهدف النظرية الى اكتشاف العلاقات التجريبية الثابتة بين المتغيرات.

٤- يجب أن تكون النظرية هادفة ونفعية. تقوم بتفسير الظاهرات وتنظيم الحقائق والقوانين في شمول وتكامل يفيد في العمل.

٥- تقوم النظريات على الضبط والتنبؤ الدقيق.

ان الارشاد النفسي يهتم بدراسة وفهم وتفسير وتقييم السلوك والتنبؤ به وتعديله أو تغييره أو إطفائه. لذلك لا بد من دراسة النظريات:

أ- تفسر السلوك وكيفية تعديله.

ب- تفيد دراسة النظريات في فهم العملية الارشادية.

جـ- تفيد دراسة النظريات في فهم أوجه الشبه والاختلاف بين طرق الارشاد .

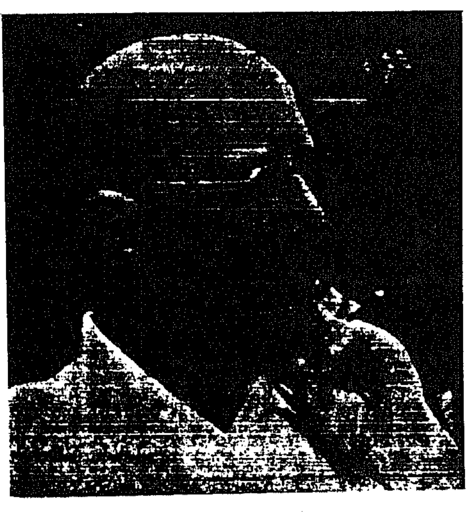
وهناك بعض المرشدين يفضلون العمل في ضوء نظرية محددة دون غيرها . والافضل ان يأخذ المرشد من النظريات كل ما يفيد في ارشاده (انتقائي)

**نظرية الارشاد المتمركز حول المسترشد (روجرز) ١٩٤٧:**

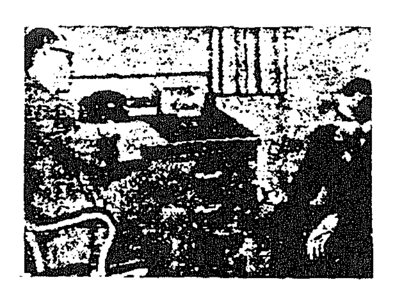
تسمى هذه النظرية ايضاً نظرية الذات ، لأن الارشاد النفسي هو دراسة للذات ومفهومها التي هي جوهر الشخصية ، ومفهوم الذات هو حجر الزاوية وهو الذي ينظم السلوك . وأنه مفهوم أساسي في دراسة الشخصية .

إن أهم نظرية للذات نظرية كارل روجرز وهي أحدث واشمل النظريات ، الذات لارتباطها بطريقة من أشهر طرق الارشاد والعلاج النفسي وهي عبارة عن الارشاد المركز حول الانسان أو غير المباشر ، وقد بنيت اساساً على دراسات وخبرات كارل روجرز في الارشاد والعلاج النفسي وسؤاله هو :

كيف استطيع أن أوجد علاقة ومناخاً نفسياً يستطيع هذا الشخص أن يحقق أفضل نمو نفسي .



المعالج كمرآة مشاعر



المعالج والعميل

(العلاج المركز حول العميل»

**المكونات الرئيسية في نظرية الارشاد المتمركز حول المسترشد:**

**١- الذات:**

هي قلب النظرية وقد مر مفهوم الذات بنمو ديني وفلسفي عبر التاريخ فقد اهتم بالذات الفراعنة المصريون واليونانيون والمفكرون العرب وقد علمنا الله أن الذات هي النفس وقد جاء ذكر النفس في القرآن مثل: النفس الملهمة والنفس اللوامة والنفس المطمئنة والنفس البصيرة والنفس الامارة بالسوء. وقد اهتم بها أيضاً علماء وفلاسفة غربيون.

وقد وجد علماء النفس منذ العقد الرابع من هذا القرن أهمية الذات وكثرت الدراسات والبحوث وظهر ما يسمى بسيكولوجية الذات .

**تعريف الذات:**

هي كينونة الفرد، وتنمو الذات وتنفصل تدريجياً عن المجال الادراكي،

وتتكون بنية الذات نتيجة للتفاعل مع البيئة وتشمل :

أ- الذات المدركة.

ب - الذات الاجتماعية.

جـ - الذات المثالية.

وقد تمتص قيم الآخرين وتسعى الى الادراك والاتزان والثبات وتنمو نتيجة للنضج والتعلم، وتصبح المركز الذي تنتظم حوله كل الخبرات.

**٢- تعريف مفهوم الذات :**

هو تعريف نفسي للذات ويتكون من المدركات الشعورية والتصورات والتقييمات الخاصة بالذات أي أفكار الفرد المختلفة لتكوينه الداخلي والخارجي ومن خلال التفاعل الاجتماعي مع الآخرين وهناك نوعان هما :

١ - مفهوم الذات المثالي.

٢- مفهوم الذات الاجتماعي ومفهوم الانسان عن نفسه ومفهوم الذات هو الذي ينظم ويحدد السلوك وهو ثابت الى حد كبير ولكن من الممكن تعديله وتغييره حسب ظروف معينة.

ويتأثر مفهوم الذات بالوراثة والبيئة. خصوصاً الآباء والأقران والراشدين. ويتأثر بالنضج والتعلم وبحاجات الامن والحب واحترام الذات وتحقيقها. والمعتقدات والقيم والاتجاهات والاخلاقيات. إن الفرد يسعى دائماً لتحقيق ذاته لذلك فهو بحاجة إلى مفهوم موجب للذات وهو مفهوم شعوري يعيه الفرد، وعناصر لا شعورية لا يعيها الفرد.

**تعريف الخبرة:**

أنها موقف يعيشه الفرد في وقت معين ويتفاعل معها وينفعل بها ويؤثر فيها ويتأثر بها وربما يعترف بها الفرد أو ينكرها وعندها تدخل في اللاشعور.

والخبرات التي تتفق مع مفهوم الذات ومع المعايير الاجتماعية تؤدي الى الراحة والخلو من التوتر وتؤدي الى التوافق النفسي.

أما الخبرات التي لا تتفق مع الذات ومفهومها وتتعارض مع المعايير الاجتماعية يدركها الفرد على أنها تهديد ويضفي عليها قيمة سالبة.

وتؤدي الى تهديد وتحطيم الذات الى التوتر والقلق وسوء التوافق النفسي والادراك غير الدقيق للواقع.

**الفرد :**

ان الفرد قد يرمز أو يتجاهل أو ينكر خبراته المهددة فتصبح شعورية أو لا شعورية ولدى الفرد دافع أساسي لتأكيد وتحقيق ذاته وعنده حاجة أساسية لتقدير وحب واحترام الآخرين وهما متفاعلان.

**٣- السلوك:**

هو نشاط موجه نحو هدف من جانب الفرد لتحقيق واشباع حاجاته. ويتفق معظم السلوك مع مفهوم الذات ومع المعايير الاجتماعية وبعض السلوك لا يتفق مع نية الذات والمعايير الاجتماعية وهنا يحدث عدم التوافق النفسي ويمكن ايحاء وتغيير وتعديل السلوك وعادة يؤثر في السلوك الانفعالي ويسهله وقد يكون السلوك نتيجة الخبرات السابقة وهذا يؤدي الى التوتر وسوء التوافق النفسي.

وأحسن فهم للسلوك يكون من وجهة نظر الفرد نفسه، لذلك يهتم روجرز

ويثق في التقارير الذاتية ، كثر من نتائج الاختبارات والمقاييس وأحسن طريق لاحداث التغير في السلوك هو أولاً احداث التغيير في مفهوم الذات وهذا ما يحاول المرشد احداثه في طريقة الارشاد المركز حول المسترشد .

### ٤- المجال الظاهري :

وهو المجال الشعوري وعالم الخبرة المتغير باستمرار وهو جميع الخبرات ويكون بالنسبة للفرد ومن وجهة نظره واقعاً وحقيقة فمثلاً قد يدرك مريض الفطام الهذياني أن كل من حوله يتقولون عليه أو يريدون قتله ، وهذا قد يكون صحيحاً أو غير صحيح على الاطلاق لكن بالنسبة له يعتبر هذا واقعاً وحقيقة تحدد استجابته وسلوكه . وهناك أنواع للذات منها :

أ- الذات البصيرة ، كما يدركها الفرد عندما يوضع في موقف تحليلي شامل مثل ما يحدث في عملية الارشاد او العلاج المتمركز حول المسترشد .

ب- الذات العميقة ، التي تتوصل الى صورتها عن طريق التحليل النفسي .

إن مفهوم الذات الايجابي يكون عن طريق تقبل الذات وفهمها وهذا يؤدي الى التوافق الشخصي والنفسي .

ومفهوم الذات السلبي ، يؤدي الى عدم التوافق الشخصي والنفسي ويجعل الفرد سيء التوافق وبالتالي (تتخبط) تضعف نظرته الى نفسه .

### دور نظرية المتمركز حول المسترشد في الارشاد النفسي

إن الارشاد النفسي لهذا النظرية يتضمن موقفاً خاصاً بين المرشد والمسترشد الذي يضع مفهوماً عن ذاته كموضوع رئيسي للمناقشة وأهم أهداف هذه النظرية ما يلي :

١- تؤدي عملية الارشاد الى فهم واقعي للذات والى زيادة التطابق بين مفهوم

الذات المدرك ومفهوم الذات المثالي الذي يعني تقبل الذات وتقبل الآخرين والتوافق النفسي والصحة النفسية.

٢ - وفي مجال الارشاد المهني، فالوعي بمفهوم الذات المهني يعتبر عنصراً هاماً في الوعي بالذات لذلك فعلى المسترشد أن يتصور مهنة مثل التدريس على أنها مناسبة لذاته قبل أن يختارها كمهنة له.

٣- في مجال الارشاد الزواجي، هناك علاقة جوهرية بين مفهوم الذات الموجب وبين التوافق بين الزوجين لذلك تعتقد هذه النظرية أن يكون الارشاد الزواجي ممركز حول الشخص وليس ممركزاً حول المشكلة.

٤- وفي مجال الارشاد العلاجي، تأكدت الأهمية الخاصة لمفهوم الذات وخطورة مفهوم الذات الخاص الذي يهدد الشخصية وضرورة البوح والتصرف في محتواه المهدد عن طريق الارشاد والعلاج المركز حول المسترشد.

وهناك نوعان من الذات هما:

**مفهوم الذات العام**: وهي التي يعرضها الشخص للمعارف والاقرباء والغرباء والاخصائيين النفسيين.

**مفهوم الذات الخاص**: وهي معظم الأشياء غير المرغوب فيها والخبرات المحرمة أو المحرجة أو المخجلة ولا يجوز اظهارها أو كشفها امام الناس.

نقد نظرية التمركز حول المسترشد:

١- إن النظرية لم تبلور تصوراً كاملاً لطبيعة الانسان، وذلك لتركيزها الكامل على الذات ومفهومها.

٢- إن النظرية تعالج الشخص نفسه ولا تهتم بمشاكله أو بيئته.

٣- تُركز هذه النظرية على الجوانب الشعورية ولا تهتم بالجوانب اللاشعورية. ونسي أن الانسان يستطيع أن يصل الى الحقيقة الموضوعية وأن الجوانب اللاشعورية لها أهميتها.

٤- يضع روجرز أهمية قليلة للاختبارات اوالمقاييس كوسيلة لجمع المعلومات للارشاد النفسي. واشار روجرز الى أن المقاييس والاختبارات يمكن أن تستخدم حين يطلبها العميل. ويستطيع المرشد ان يحصل على معلومات أقل عن طريق المقابلة للمسترشد ونسي أنه على المرشد أن يستخدم جميع الوسائل الممكنة للحصول على أكبر قدر من المعلومات لتحقق أكبر نجاح لعملية الارشاد النفسي

ورغم هذه الانتقادات فإن نظرية التمركز حول المسترشد (نظرية الذات) من أهم واشهر نظريات الارشاد والعلاج النفسي

**النظرية السلوكية BCHAVIOUR THEORY:**

يطلق على النظرية السلوكية اسم (نظرية المثير والاستجابة) وتعرف أيضاً باسم (نظرية التعلم).

إن الاهتمام الرئيسي للنظرية السلوكية هو السلوك: كيف يمكن تعلمه وكيف يمكن تغييره، وفي نفس الوقت اهتمام رئيسي في عملية الارشاد التي تتضمن عملية التعلم ومحو وإعادة تعلم والتعلم هو محور النظريات التي تدور حولها النظرية السلوكية.

**أولاً: مفاهيم النظرية السلوكية:**

تؤكد هذه النظرية أن معظم السلوك متعلم وان الفرد يتعلم السلوك السوي والسلوك غير السوي ويتعلم التوافق وعدم التوافق في سلوكه، ويتضمن ذلك أن

السلوك المتعلم يمكن تعديله.

١- **المثير والاستجابة**: تقول النظرية أن كل سلوك له مثير ويعني السلوك هنا الاستجابة. وإذا كانت العلاقة بين المثير والاستجابة سليمة كان السلوك سوياً. أما إذا كانت العلاقة مضطربة كان السلوك غير سوي. مثال إذا اجاب الطالب أن الجذر التربيعي لرقم ٢٥ وهو المثير وكانت الاستجابة (٧) هنا يتكون السلوك غير سوي أما إذا أجاب (٥) يكون السلوك سوياً. وبعدها يقوم المعلم بالبحث عن سبب ومصدر الخطأ، فأما يكون الخطأ من المدرس نفسه أي كان صوته غير مسموع أو نطقة غير واضح أو أن يكون هناك صوتاً خارجياً عالياً، وقد يكون الخطأ في التلميذ نفسه لأنه لم يفهم العمليات الحسابية أو نسيها. وقد يكون عيب التلميذ أنه يخجل وعندما يصرف المعلم السبب ومصدر الخطأ يقوم بتصحيحه. وهكذا في الارشاد السلوكي لا بد من دراسة المثير والاستجابة وما بينهما من عوامل شخصية أو عقلية أو اجتماعية او انفعالية.

٢- **الشخصية**: والشخصية حسب النظرية السلوكية هي الأساليب السلوكية المتعلمة الثابتة نسبياً التي تميز الفرد من غيره من الناس.

٣- **الدافع**: ويمكن تعريف الدافع بأنه طاقة قوية بدرجة تدفع الفرد وتحركه للسلوك. والدافع إما موروث مثل الدافع للطعام وهو اولي، أو متعلم وهو ثانوي وللدافع ثلاثة ابعاد هي:

أ- يحرر الطاقة الانفعالية في الفرد.

ب - يملي على الفرد أن يهتم بموقف معين.

جـ - يوجه السلوك وجهة معينة ليشبع حاجة معينة عند الفرد.

٤- **التعزيز**: يعرف التعزيز بانه التقوية والتدعيم والتثبيت بالاثابة، فالسلوك يتعلم ويقوى ويدعم ويثبت إذا تم تعزيزه والتعزيز على نوعين :

أ- اثابة أولية : مثل اشباع دافع فسيولوجي مثل الطعام.

ب- إثابة ثانوية : مثل زوال الخوف.

إن التعزيز يؤدي الى تدعيم السلوك والى تكراره على أن يكون بالاثابة ويرتبط أيضاً بالاثر الطيب.

وترتبط النظرية السلوكية بعدد من العلماء وهم :

أ- (هل HULL) يرتبط اسمه بمبدأ التعزيز الايجابي بعد السلوك الجيد .

ب- ( ثورنديك THORNDICE ) يرتبط اسمه بقانون الأثر الذي يؤثر في التعلم.

جـ- (بافلوف PAVLOV ) يرتبط اسمه بالاقتران الشرطي والامحاء والتمييز.

د- (واطسون WATSON) يرتبط اسمه بقانون التكرار.

هـ- (سكينر SKINNER ) يرتبط اسمه بالتعزيز لكل خطوة صغيرة تؤدي بنجاح الواحدة، تلو الأخرى ويؤكد سكينر أن تعزيز المتعلم يكون أفضل من العقاب. ولقد طبق مبدأ سكينر في التعلم المبرمج (صندوق سكينر) وفي الإرشاد والعلاج السلوكي خاصة في المخاوف والسلوك القهري. وهو يقول إذا عُزز المتعلم عند استجابة صحيحة فإنه يميل إلى تكرارها والقيام باستجابات مماثلة في المستقبل (التعميم).

ويطالب سكنر أن يقوم المرشد بتقبل المسترشد والاصغاء له وتعزيزه إيجابياً وان يبتعد عن العقاب والخوف والتهديد.



كلارك هل



إيفان بافلوف



جون واطسون



سكيير

علماء النظرية السلوكية

٥- **الانطفاء:** هو ضعف وزوال السلوك المتعلم الذي لا يمارس ويحصل الانطفاء بسبب ثلاث اسباب وهي :

أ- ارتباط السلوك بالعقاب.

ب- اذا لم يمارس السلوك ويعزز.

جـ- الاستجابات التي لها أثر محبط .

٦- **العادة** : تتكون العادة عن طريق القلم وتكرار الممارسة ووجود رابطة قوية بين المثير والاستجابة . والعادة مكتسبة وليست وراثية .

٧- **التعميم** : إذا تعلم الفرد استجابة، وتكرر الموقف فإن الفرد يميل إلى تعميم الاستجابة المتعلمة على استجابات اخرى تشبه الاستجابة المتعلمة .

٨- **التعلم** : ومحو التعلم وإعادة التعلم :

أ- التعلم : هو تغيير السلوك نتيجة للخبرة والممارسة .

ب- محو التعلم : يتم عن طريق الانطفاء .

جـ- اعادة التعلم : يحدث بعد الانطفاء بتعلم سلوك جديد .

**ثانياً: تطبيقات النظرية السلوكية في الارشاد النفسي:**

١- إطفاء السلوك غير السوي .

٢- تعزيز السلوك السوي .

٣- مساعدة العميل في تعليم سلوك جديد مرغوب للتخلص من السلوك غير السوي .

٤- مساعدة العميل في التعلم بأن الظروف الاصلية قد تغيرت أو يمكن تغييرها بحيث تصبح الاستجابات غير المرغوبة غير ضرورية لتجنب المواقف غير السارة التي سبق أن ارتبطت بها، فمثلاً يمكن تخليص العميل من أفكار وسواسية كأن يقوم بها لتجنب أفكار مثيرة للشعور بالذنب .

٥- تحديد السلوك غير السوي المراد تغييره والظروف التي يظهر فيها والعوامل المحيطة بها وبعدها التخطيط لمواقف يتم فها تعلم ومحو تعلم لتحقيق التغير

المنشود. ويتضمن ذلك إعادة تنظيم ظروف البيئة بما يؤدي الى ظروف مناسبة جديدة.

٦- الحيلولة بين العميل وبين تعميم قلقه على مثيرات جديدة.

٧- ضرب المثل الطيب والقدوة الحسنة سلوكياً أمام العميل حتى يتعلم من القدوة عن طريق المحاكاة والتقليد للمرشد خلال الجلسات.

٨- جمع عالمان وهما دولارد وملر بين النظرية وبين التطبيق العملي فهما يستخدمان مفاهيم وأساليب التحليل النفسي مثل العمليات اللاشعورية والصراع ويصوغانها في مصطلحات النظرية السلوكية فهما يعتبران السلوك العصابي سلوكاً ناتجاً عن صراع انفعالي عنيف عندما يدفع الخوف الفرد الى تجنبه لد فعه الحادثة التي سببت له الصراع الانفعالي الى اللاشعور ليتجنبها وبذلك يبقى المرض العصابي في شكل وسواس أو مخاوف. وحيث أن الكبت يعفي الفرد من التعبير عن مشاعره فإنه لا يستطيع أن يحدد أو يتصرف على أسباب مرضه النفسي. لذلك فالعلاج النفسي يجب أن يهيء مناخاً نفسياً صحياً ويطلب من المريض أن يتكلم عن قلقه وعن ماضيه ويكون المعالج مصغياً له بعد أن يتقبله ويفهم. والمشاركة الوجدانية هنا والحرية تتيح للمريض وتساعده على استعادة ذكرياته والتعرف على سبب خوفه والتخلص منه، وانطفاء الخوف يساعد المريض على أن يصبح أكثر نشاطاً وابتكاراً وأن يعي ويستخدم قدراته في تعامله مع نفسه ومع العالم المحيط به.

الارشاد السلوكي او العلاج السلوكي: يعني تطبيق النظرية السلوكية عملياً في ميدان الارشاد والعلاج النفسي ومن اساليبه التخلص من الحساسية التدريبي والكف المتبادل والتعزيز السالب والتعزيز الموجب وغيرها.

**ثالثاً: نقد النظرية السلوكية:**

١- يركز الارشاد السلوكي على ازالة الاعراض بدلاً من الحل الجذري فلا ضرورة للتعرف على الاسباب الدينامية والعمل على ازالتها فيكون وقتياً وعابراً.

٢- إن دلائل النظرية السلوكية العلمية والعملية والتجارب والابحاث طبقت على الحيوانات.

٣- يهتم اصحاب النظرية على السلوك الملاحظ Now & Here

٤- تتغاضى النظرية السلوكية عن النظر للفرد ككل وتهمل عناصر السلوك الذاتية.

٥- يتعصب الكثيرون للنظرية السلوكية وعلى العلاج التعليمي ولا يهتمون بالنظريات الاخرى.

**نظرية التحليل النفسي** Psychoanalytic Theory:

**مقدمة:**

يدور حول نظرية التحليل النفسي جدل كثير وهو على أنواع منها:

١- ان نظرية التحليل النفسي تخرج عن اطار الارشاد النفسي لانها قامت على أساس بحوث عن المرضى النفسيين وليس على الاسوياء.

٢- إن النظرية تدور حول الجنس رغم أنه ثبت أن كثيراً من الامراض النفسية ترجع إلى الصراع الجنسي.

٣- يعتقد الكثيرون أن التحليل النفسي يتنافى مع الدين. وهذا خطأ، ويفترض فرويد Freud ١٨٢٧ - ١٩٣٣ مؤسس هذه النظرية أن الشخصية تتكون من الهو والأنا والأنا الأعلى.

### أ- الهو :

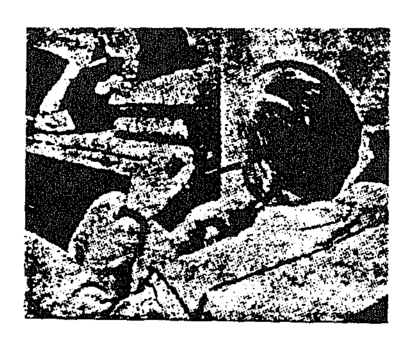
هو الصورة البدائية للشخصية ومستودع الغرائز والدوافع الفطرية التي تسعى الى الاشباع في أي صورة وبأي ثمن .

### ب- الانا الاعلى :

هي مستودع المثاليات والأخلاقيات والضمير والقيم الدينية والمعايير الاجتماعية ، وتعتبر بمثابة سلطة داخلية ورقيب .

### جـ- الأنا :

هو مركز الشعور والادراك الخارجي والداخلي والعمليات العقلية والمتكفل بالدفاع عن الشخصية ويعمل على الموازنة بين متطلبات الهو ومتطلبات الأنا الاعلى ويعمل على التوافق الاجتماعي والنفسي وتحقيق الذات .



التحليل النفسي

ويرى فرويد بأن الأنا إذا نجح في حل الصراع بين الهو والأنا الأعلى يكون الشخص سوياً وإذا أخفق ظهرت أعراض العصاب .

### الشعور واللاشعور وما قبل الشعور :

أ- **الشعور**: هو منطقة الوعي الكامل والاتصال بالعالم الخارجي وهو الجزء

السطحي من الجهاز النفسي .

ب- **اللاشعور**: وهو يحوي ما هو كامن وليس متاحاً استدعاؤه ومن المكبوتات التي تسعى الى الخروج من اللاشعور الى الشعور كالأحلام وفلتات اللسان وفي الأمراض النفسية، وفي البنج .

جـ- **ما قبل الشعور**: وهو يحتوي على ما هو كامن وليس في الشعور ولكنه متاح ويسهل استدعاؤه الى الشعور مثل الذكريات .

د- **الغرائز**: هي عبارة عن قوة نفترض وجودها وراء التوترات المتأصلة في حاجات الكائن العضوي وهدفها القضاء على التوتر وهناك غريزتان إحداهما غريزة الحياة تقابلها غريزة الموت ويوجد صراع دائم بين هذين الغريزتين ويؤدي ذلك الى اضطراب السلوك .

ويهتم فرويد بالغريزة الجنسية ويعتقد أن اضطرابها ومشكلاتها تؤدي امراض نفسية . وهناك ايضاً غريزة العدوان، ويعتقد فرويد أنها موجودة عند الناس .

**النواحي الاجتماعية والثقافية والبيئية والدينية في نظرية التحليل النفسي:**

إن معظم العوامل الاجتماعية ترجع في رأي اصحاب هذه النظرية الى دوافع غريزية فالحب يرجع الى الغريزة الجنسية والابداع مظهر من مظاهر اعلانها . والحرب ترجع الى غريزة الموت . والدين عنصر أساسي للنفس وهو يؤثر في صفاء الحياة النفسية للانسان واتزانها وهدايتها وتحقيق هدف الحياة . وتكون المؤثرات الثقافية والبيئية والاجتماعية هي السبب في تكوين حياة الفرد . أما العلاقات الانسانية فإن لها علاقة مهمة في العلاقات الشخصية والاجتماعية .

أ- **صدمة الميلاد**: هي صدمة نفسية تصيب الانسان لانه انفصل وطرد من السعادة الاساسية التي كان فيها وهو في الرحم وهي القلق الاول .

ب- **عقدة النقص**: ان هذه العقدة تتكون نتيجة لوجود قصور جسمي او عقلي أو اجتماعي او اقتصادي مما يؤثر على الشخص ويشعر بالنقص .

جـ- **اسلوب الحياة**: ان الشخص يتخذ لنفسه اسلوب حياة يؤدي الى تحقيق هدف الحياة، وهو تحقيق الذات، ولكل فرد اسلوب خاص، وتلعب إمكانات الفرد الموروثة وخبرات نموه منذ الطفولة في تكوين اسلوب خاص له في الحياة. ويجب أن يكون الهدف ممكن تحقيقه فالمرض النفسي ينتج عن اتجاه الفرد نحو غاية او هدف لا يستطيع تحقيقه. وعندما تكون الطموحات أكبر من القدرات عندها يحصل المرض.

**الارادة:**

إن الإرادة مفهوم جوهري لان الانسان يعيش في عالم مليء بالعقبات يستلزم الكفاح والجهاد في سبيل الحياة، والارادة نوعان هما:

١- **الارادة الايجابية الحقيقية**: ان شخصية الفرد فيها تكون متكاملة يستطيع أن يعطي ويأخذ وأن يغير ويتغير وأن يحول ويتحول وأن يختار ويتخذ القرار. وهي عامل هام في النمو السوي.

٢- **الارادة المضادة**: وتتضح تلك الارادة من خلال ما هو معروف من أن (كل ممنوع مرغوب). وإن قوة الارادة ، عامل هام في العلاج النفسي.

**تطبيقات نظرية التحليل والارشاد النفسي:**

يعتبر التحليل النفسي نظرية نفسية عن الطبيعة البشرية وعن بناء الشخصية ومنهج بحث لدراسة السلوك البشري وهي طريقة للعلاج، وإن المرض النفسي من وجهة نظر نظرية التحليل النفسي سببه الصراع بين الغرائز والمجتمع ويرتبط بالحاجة إلى الأمن، وينشأ الصراع الأساسي بسبب تعارض رغبات الفرد واتجاهاته،

والأمراض النفسية من وجهة نظر (فرويد) هي نوعان:

أ- العصاب.

ب- الذهان.

**العصاب:**

هو تعبير عن مشاكل الانسان الحديث الذي يعيش في عصر القلق. وهو مرض قابل للعلاج بالتحليل النفسي اكثر من غيره. وإن اساس العصاب هو القلق، ويصاب بالعصاب من يوجد عنده استعداد عصابي.

**أسباب العصاب:**

١- الذكريات المكبوتة في اللاشعور.

٢- مشكلات الفرد التي لم تحل.

٣- ينشأ من خطأ الفرد في ادراك بيئته وتفسيرها.

٤- الخوف من الفشل في الحياة.

٥- صعوبة اتخاذ اسلوب حياة مناسب.

٦- استعداد نفسي عند الفرد

والاتجاهات العصابية ثلاثة:

١- اتجاه يتميز بالتحرك نحو الناس.

٢- اتجاه يتميز بالتحرك بعيداً عن الناس

٣- اتجاه يتميز بالتمركز حول الذات.

**الذهان:**

هو صورة خطيرة لاضطراب السلوك، وتظهر تغيرات اسباب الذهان:

١- اضطراب في ادراك الواقع .

٢- عدم القدرة للسيطرة على الذات .

٣- خليط من أسباب نفسية وأسباب جسمية .

**خطوات التحليل النفسي:**

١- العلاقة الارشادية أو العلاجية بين المرشد والعميل يسودها التقبل والتفاعل الاجتماعي السليم والتفريغ .

٢- التفريغ الانفعالي : يكون عن طريق التحدث وبحرية وبدون قيود عن الاحداث المكبوتة سواء كانت خبرات أو دوافع او صراعات انفعالية وعندما يقوم المريض بتفريغها تختفي اعراض العصاب .

٣- التداعي الحر : يستعمل للكشف عن المواد المكبوتة في اللاشعور عن طريق اطلاق العنان بحرية للافكار والخواطر والاتجاهات والصراعات والرغبات والاحساسات مع الاستفادة من :

أ- فلتات اللسان .

ب- زلات القلم .

جـ- الاحلام

١- يقوم المرشد بشرح وايضاح ما ليس واضحاً وافهام ما ليس مفهوماً باسلوب منطقي وصحيح ومترجم الى لغة يفهمها المريض .

٢- يقوم المرشد بتعليم المريض بناء العادات المطلوبة تدريجياً . واعادة تعليمه وتوجيهه .

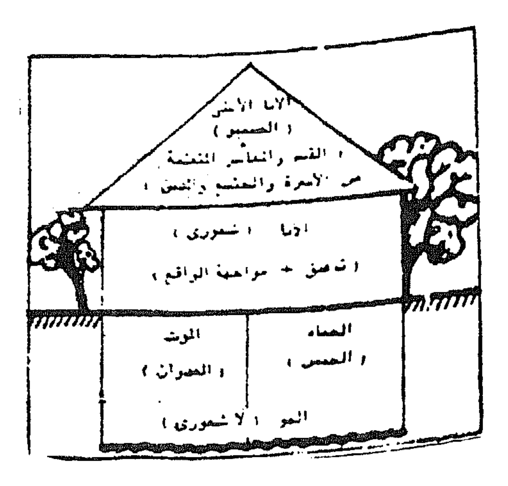
٣- اعادة التوازن بين اركان الشخصية وحل الصراعات واعادة غرس الايمان ومعرفة هدف الحياة للمريض واسلوب حياته وتنمية مفهوم موجب عن الذات .

٤- تقليل حدة القلق وتكوين الارادة الايجابية .

٥- علاج البيئة والوسط الاجتماعي .



فرويد




بناء الشخصية حسب نظرية التحليل النفسي (فرويد)

## نقد نظرية التحليل النفسي:

للتحليل النفسي كنظرية وكطريقة علاج مزايا أهمها :

١- الاهتمام بعلاج أسباب المشكلات والاضطرابات

٢- تناول الجوانب الشعورية والجوانب اللاشعورية في الحياة النفسية للمريض .

٣- تحليل المريض من دوافعه المكبوتة واعلاؤها عن طريق كتابة الشعر والأدب والرياضة . . الخ . واستثمار طاقاتها .

٤- الاهتمام بأثر الوسط الاجتماعي والثقافي للفرد في نموه وسلوكه .

٥- العودة بالشخصية المضطربة الى حالة من التكامل والنضج ومواجهة الواقع والاستمتاع بالحياة .

## مساوىء التحليل النفسي:

١- إن التحليل النفسي يهتم بالمرضى والمضطربين اكثر من اهتمامه بالاسوياء والعاديين .

٢- انه عملية طويلة وشاقة ومكلفة من الوقت والجهد والمال ويحتاج الى خبرة واسعة وتدريس عملي طويل .

٣- ان بعض المشتغلين بالارشاد والعلاج النفسي يرون في تعصب ان التحليل النفسي هو الطريقة المثلى وانه افضل من كل الطرق .

٤- ان بعض المشتغلين بالارشاد والعلاج النفسي يحملون نحو التحليل النفسي اتجاهاً سالباً ويتعصبون ضده الى درجة تجعلهم يسقطون نظرية التحليل النفسي من طرق علاجاتهم وسبب ذلك ان فرويد يهودي صهيوني مغرض صنع نظرية مبهرجة ذات اتجاه يهودي مادي جنسي تقوم على اساس مخلخل ومنهج غير علمي .

## النظرية العقلانية الانفعالية:

مؤسس هذه النظرية البرت اليس (١٩٧٧) وقد قرر بانها تفترض ان هناك قوى بيولوجية وقوى اجتماعية تقود الفرد الى التفكير العقلاني. وان باستطاعة الانسان ان يكون عقلانياً في تفكيره. أما الاضطرابات الانفعالية والعصابات فهما في الحقيقة افكار غير عقلانية.

ويكمن العلاج في هذه النظرية في ايصال الفرد الى تفكير عقلاني، وهذا ما يجعل المعالج قادراً على التحرك بسرعة نحو الاجراء التعليمي وعندها تختفي الاضطرابات النفسية وتعود السعادة الى المريض. ويكون التغيير عن طريق المجادلة والاقناع ولقد بينت هذه النظرية ان هدف المرشد النفسي تقليل او ازالة:

أ- القلق.

ب- العداء.

جـ- الاكتئاب.

د- الشعور بالنقص.

هـ- عدم التقبل.

التعاسة والاعراض الاخرى المختلفة، واستبدال الشعور بالسعادة والتكيف النفسي لها. وبهذا سيسلك الفرد سلوكاً عقلانياً، وسيبدأ بتحمل المسؤولية وسيصبح مقدراً لنفسه (لذاته) ومحققاً لها.

وهذه بعض الأفكار غير العقلانية التي تجول في خاطر المريض فقد ميز المعالجون السلوكيون المعاصرون بين نوعين من المعتقدات:

١- معتقدات منطقية وعقلانية.

٢- معتقدات غير منطقية وغير عقلانية، ويصحبها في الغالب الاضطرابات

الانفعالية المرضية كالعصاب والذهان وغيرها .

اما متى تكون المعتقدات واساليب التفكير منطقية وعقلانية فان هذا يتوقف على انسجامها مع أهدافنا العامة وقيمنا الاساسية في الحياة وتحقيق السعادة والفاعلية الاجتماعية والابداع والايجابية وتعد المعتقدات واساليب التفكير غير منطقية وغير عقلانية عندما لا تكون صحيحة ومنطقية في ذاتها ولا تخدم توافقنا مع الواقع . وتحكم علينا بالسلبية والهزيمة والانفعال والانسحاب وبالتالي الشعور بالضآلة له وعدم الفعالية .

وقد افترض (اليس) أنه توجد أفكار غير عقلانية تسبب الاضطرابات لمن يعتقدها وقد اشارت نتائج دراسات تجريبية كثيرة وبدلالة واضحة ان الافراد المضطربين لديهم افكار غير عقلانية وغير منطقية أكثر من أولئك الافراد الاقل اضطراباً ، والمعالج يقوم بتغيير الافكار غير العقلانية الى افكار عقلانية .

وفيما يلي عرض لبعض هذه الافكار غير العقلانية (ويرمز لها بالرمز) (أ) وثم الافكار العقلانية (ويرمز لها بالرمز ب) :

أ- من الامور الحتمية للفرد ان يحظى بحب واستحسان الآخرين لكل ما يقوله او يفعله .

ب- من المحبب ولكن ليس من الضروري للفرد ان يحبه ويستحسنه الآخرون ، بيد أنه من المستحسن ان يحظى الفرد باحترامه لنفسه بدلاً من استحسان الآخرين له وأن يقدم الحب بدلاً من توقع الحب .

٢- خطأ (أ) انها كارثة او مأساة عندما لا تسير الامور كما نود لها أن تكون .

صح (ب) من السيء أن تكون الامور كما لا نود لها أن تكون ، وعلينا ان نحاول بكل جهد تغيير الظروف أو ضبطها وأن يمهد لنفسه لقبول الامور كما هي .

٣- خطأ إن شقاءنا وتعاستنا وعدم احساسنا بالسعادة نتائج لاشياء خارجة عن ارادتنا مثل الحظ .

(ب) صح : ان جزءاً كبيراً من مصيرنا نحكمه نحن بارادتنا وتصرفاتنا .

٤- (أ) : إن الإنسان يحتاج لفرد اقوى وأكثر خبرة ليسانده ويساعده على تحقيق اهدافه في النجاح بدل أن يعتمد على نفسه .

(ب) صح : من الافضل ان نعتمد على انفسنا وان نقف على اقدامنا بمجهودنا وان نستمد ايماننا من انفسنا ومن قدراتنا وقيمنا الخاصة عند مواجهة مصاعب الحياة واذا عاوننا الاخرون فلا بأس اما اذا امتنعوا فلا نضطرب لذلك

(أ) إننا نتصرف ونسلك بطريقة معينة بسبب آثار سيئة في تربيتنا في الماضي وان الماضي لا يمكن تجنبه .

(ب) صح إننا اصحاب مسؤولية اساسية عما يصدر منا من سلوك وان الماضي يمكن تجنب آثاره السيئة إذا ما عدلنا وجهات نظرنا وسلوكاتنا الحالية .

**تطبيقات النظرية العقلانية الانفعالية في الارشاد:**

١- إن الارشاد النفسي يجب ان يركز مباشرة على التغيير في العمليات الذهنية للمريض، قبل أن يتوقع اي تغيير حاسم في شخصيته او سلوكه المرضي فان نجاح المريض في التغيير الايجابي يجب ان يكون مصحوباً بتحسن في طريقة تفكيره .

٢- إن نمط الارشاد يكون من خلال تحريض المريض على احداث التغيير في نفسه وفي بيئته عن طريق تأكيد الذات وزيادة الثقة .

والمرشد هنا هو المحرض على التغيير واتخاذ مواقف اكثر كفاءة في مواجهة الحياة الاجتماعية . ويقوم المرشد بتشجيع المريض على القيام بالسلوك الملائم من

خلال الاقتداء والمحاكاة والتكرار ، إذ أن النجاح يعزى الى تغييرات ذهنية وفكرية .

٣- إن الصعوبات التي يعاني منها المريض تنسجم الى حد كبير مع ادراكه المشوه ، وتفكيره غير المنطقي وعلى المرشد اعادة ترتيب ادراكاته ، واعادة تنظيم تفكيره من اجل القضاء على السبب الاساسي لصعوباته .

٤- على المرشد ان يوضح للمريض قبل انتهاء العلاج الافكار غير العقلانية الرئيسية والتي من المحتمل ان يفكر فيها وان يوضح له فلسفات الحياة الاكثر عقلانية التي يمكن اتباعها بدلاً منها حتى لا يقع المريض فريسة لافكار غير عقلانية اخرى ، واكد (اليس) على المجموعات الارشادية لفائدتها في تغيير الافكار .

٥- تشجيع المريض على عدم الهروب من مشاكله بل عليه مواجهتها بصراحة مع مراعاة تقليل خطرها فلا يعطيها الفرد اكثر من حجمها .

٦- يقوم المرشد بمساعدة المريض كي يتعلم من خبراته السابقة ويتفاعل مع أفضل الطرق المعاصرة المميزة والخبرات الحديثة بدلاً من التمسك بالدروس المتعلمة في الماضي والخضوع لها .

٧- يقوم المرشد بحث المريض ان ينهمك في العمل والنشاط حتى ينسى همومه على ان تكون الاعمال من اختصاصه .

٨- يعلم المرشد المريض بأن يتحكم بانفعالاته إذا تدرب لانه يقول لنفسه -إهدأ- استرح - إنك عظيم ، وبدل ان يقول له يجب او ينبغي ، عليه ان يستبدلها بكلمات اخرى مثل -من الأفضل - من المستحسن- .

٩- يطلب المرشد من المريض أن يحب الناس قبل أن يكون محبوباً منهم .

١٠- يعمل المرشد على زيادة ثقة المريض بنفسه وقدراته .

**مزايا النظرية العقلانية الانفعالية:**

تبعد هذه النظرية الافكار غير العقلانية فتعمل على وقاية الانسان من الانهزامية وتدمير الذات وتزيد اصدقاء المريض وتعلمه التخطيط لحياته ويحقق المزيد من خبرات النمو فيحصل على أعلى درجة من السعادة بالرغم من اصطدامه بالمثيرات الضارة في مواقف الحياة. وهي تتمتع بالفعالية .

**النقد:**

(١) تخفق هذه النظرية في الوصول الى الافكار اللاشعورية الدفينة فهي تعالج الظاهر فقط وبالايحاء وبالتالي لا يمكن التعامل مع الافكار اللاشعورية .

(٢) تركز النظرية على التوجيه المباشر وممارسة السلطة .

**أوجه الشبه والاختلاف بين نظريات الارشاد النفسي:**

إن أوجه الشبه بين النظريات اكثر من أوجه الاختلاف ، وهذه النظريات وان اختلفت فهي تختلف بدون تعارض فالاسس واحدة خاصة فيما يتعلق بالعلاقة بين المرشد والعميل . وعلينا ان نعلم ان الاختلاف اساساً هو ان كل نظرية تقوم على ملاحظات ودراسات تجريبية وممارسات كلينيكية تختلف عن بعضها البعض والاختلاف بين النظريات تفيد في ان هذه النظريات مجتمعة تعلمنا الكثير وأن كلاً منها منفرداً ، تعلمنا شيئاً ونستطيع انتقاء ما يفيدنا .

**أوجه الشبه بين نظريات الارشاد النفسي:**

١- جميع النظريات تؤكد ان على المرشد او المعالج اعطاء التقبل والامان والاطمئنان للعميل وهدفها واحد هو تحقيق الذات .

٢- كل النظريات تحاول فهم كيف ينشأ القلق وكيف تهب وسائل الدفاع النفسي

واساليب التوافق وكيف يمكن تعديل السلوك.

٣- ان الفرد لديه دوافع وحاجات وقوى حيوية تتحكم في سلوكه.

٤- ان التعلم خطوة اساسية من اجل تحقيق التوافق النفسي عن طريق تغيير وتعديل السلوك.

٥- ان اهم ما في عملية الارشاد هو العلاقة الارشادية التي تتسم بالجو النفسي المتقبل الخالي من التهديد. الذي يحرر قوى النمو والتوافق لدى الفرد لتحقيق الصحة النفسية.

**اوجه الاختلاف بين نظريات الارشاد النفسي:**

١- نمت بعض النظريات في حجرات المعالجين وبعضها خرج من معامل علم النفس وبعضها نتج عن الدراسات الاحصائية.

٢- توجد اختلافات حول الاهمية النسبية للمحددات الشعورية والمحددات اللاشعورية للسلوك.

٣- تختلف النظريات حول أهمية الدور الذي يلعبه التعزيز.

٤- تختلف النظريات حول اهمية الحياة الماضية بالنسبة للمريض في الطفولة.

٥- تختلف النظريات حول اهمية البيئة وعضوية الجماعة في السلوك.

٦- تتفاوت النظرة الى أهمية الخبرات الخاصة والذاتية فالبعض يؤكد أهمية السلوك الملاحظ، والبعض يؤكد اهمية الخبرات الداخلية.

٧- تحترم بعض النظريات الاختبارات النفسية وتعظمها بينما تؤكد بعضها ان الاساس الاهم هو مفهوم الفرد عن ذاته الذي يحدد سلوكه بصرف النظر عن درجات الاختبار.

٨- تؤكد بعض النظريات ان الماضي يؤثر في الحاضر ويشير الى المستقبل.

٩- تؤكد بعض النظريات على Now & Here أي الآن - وهنا.



# الوحدة الخامسة

# وسائل جمع المعلومات لأغراض الارشاد

الاختبارات أغراض الاختبارات، أشكالها

النقد الموجه

١- انواع الوسائل وخصائصها العامة

٢- أسس انتقاء الوسائل للاغراض الارشادية



# الوحدة الخامسة

# وسائل جمع المعلومات لأغراض الارشاد

## أولاً: الاختبارات والمقاييس:

كل ما يوجد بمقدار، وكل ما يوجد بمقدار يمكن أن يقاس.

وهناك فروق فردية بين الافراد، وينطبق هذا على الذكاء والاستعدادات والتحصيل والشخصية والميول والقيم والاتجاهات والتوافق النفسي والصحة النفسية. وهذه كلها معلومات لازمة في الارشاد.

وتعتبر الاختبارات والمقاييس من أهم وسائل جمع المعلومات للارشاد.

القياس النفسي: يتطلب الدقة والتحديد للقيم الكمية التي تقدر بها الصفات وتتخذ اساساً للحكم والمقارنة. وبدون القياس نجد انفسنا نعالج مجموعة من العموميات

### ١- شروط الاختبارات والمقاييس:

عند بناء الاختبارات والمقاييس يجب أن تبنى تحت شروط هامة وهي:

أ- **الصدق**: أي أن يقيس الاختبار ما وضع أصلاً لقياسه.

ب- **الثبات**: أي أن تكون نتائج الاختبار ثابتة تقريباً في المرات المختلفة التي يجري فيها.

جـ- **التقنين**: ويقصد به اعداد معايير الاختبار حتى تتحول الدرجات الخام الى درجات معيارية تمكن من مقارنة العميل برفاق من سنه وجنسه وثقافته.

د- **الموضوعية** : أي أن يكون هناك معنى وتفسير موحد لوحدات الاختبار واسئلته يؤدي الى فهم المقصود منها .

هـ- **اظهار الفروق الفردية** : يجب ان يكون الاختبار فارقاً أي مظهراً للفروق الفردية ومميـزاً لكل من الذين يكونون اعلى وأقل من العـاديين ويتطلب ذلك تنوع الاسئلة بين السهولة والصعوبة .

و- **سهولة الاستخدام** : أي بسهولة الاجراء والتصحيح وتفسير النتائج ويتطلب ذلك أن يكون للاختبار كراسة تعليمات وأمثلة توضيحية والزمن ومفتاح للتصحيح وجدول المعايير .

ز- **تعدد الاختبارات** : يجب الاعتماد على اكثر من اختبار في الارشاد النفسي .

ح- **الاعتدال في الاختبارات** : أي عدم التمادي في اجراء الاختبارات .

ط- **الاحتراس من اثر الهالة** : اي ان لا يقوم الفاحص في تقييم المفحوص متأثراً بفكرة عامة او انطباع عام .

**٢- انشاء الاختبارات:**

أ ـ تحديد الهدف .

ب ـ اعداد وحدات مبدئية .

جـ ـ اعداد صورة تجريبية .

د ـ اجراء تحكيم على الصورة التجريبية بعرضها على مختصين .

هـ ـ صياغة التعليمات .

و ـ اعداد الصورة النهائية .

ز ـ تحديد معامل الصدق ومعامل الثبات للاختبار احصائياً .

ح ـ اعداد المعايير لمختلف الاعمار في صورة جداول ورسوم بيانية .

**٣- اجراء الاختبارات:**

أ- اختيار الاختبارات المناسبة ( العمر وجنسه) .

ب - الاخصائي : يجب أن يتوفر للاخصائي التدريب والخبرة في استخدام الاختبار

جـ- المفحوصون : يجب إثارة الدافعية للعميل لأخذ الاختبارات وفي الاجراء الجماعي أن يكون عدد أفراد المجموعة قليلاً وأفضل أداء هو الاداء الفردي .

د- المكان : يجب أن يكون المكان مريحاً والاضاءة كافية والتهوية مناسبة .

هـ- المناخ : يجب تهيئة مناخ مناسب لاجراء الاختبارات بحيث تكون الحالة النفسية للعميل مناسبة حتى يشعر بالطمأنينة .

و- الاجراء : يجب الالتزام بتعليمات الاختبار .

ز- النتائج : بعد اتمام اجراء الاختبار يتم تصحيحه في ضوء المعايير ويجب أن يعرف العميل نتائج الاختبار .

ح- تفسير النتائج : يجب أن يكون المرشد موضوعياً وعملياً في تفسير النتائج .

**٤- مزايا الاختبارات والمقاييس.**

أ- تعتبر اسرع وأوضح من غيرها من الوسائل في الكشف عن الشخصية .

ب- هي أكثر موضوعية .

جـ- تعطي تقديراً كمياً وكيفياً معيارياً لشخصية العميل وقدراته واستعداداته ونقاط قوته وضعفه مما يساعد في تحديد التشخيص وطريقة الارشاد .

د- يستخدم الاختبار في قياس مدى التقدم أو التغير الذي طرأ على حالته .

هـ- الاختبارات وسيلة اقتصادية وفعالة في التقييم واتخاذ القرار والتنبؤ .

و- تستخدم الاختبارات في تقييم الارشاد ودراسة النمو والتغير في حالة العميل .

ز-تمهد لاستخدام وسائل اخرى مثل المقابلة ومؤتمر الحالة .

ح- يستطيع الاخصائي اثناء اجراء الاختبار أن يلاحظ سلوكه وهذا له أهميته الخاصة في عملية الارشاد .



ألفرد بينيه

**٥- عيوب الاختبارات والمقاييس:**

أ- بعض الخصائص النفسية لا يستطيع الاختبار قياسها .

ب- قد تعطي صفات للأفراد تظل ملازمة لهم مما يضرهم في المستقبل .

جـ- قد تقلل من إمكانات الاتصال الاجتماعي المطلوب في الارشاد .

د- قد يكون بها بعض أوجه القصور في انشائها وتقنينها .

هـ- قد يساء تفسير الدرجات .

و- قد ينبهر بعض الاخصائيين بها ويعتقدون انها غاية المراد .

## ٦- أنواع الاختبارات والمقاييس:

اختبارات ومقاييس الذكاء: يهتم علماء النفس بقياس الذكاء فمنها ما يقيس القدرة على إدراك العلاقات والقدرة على حل المشكلات وتقيس المقدرة اللفظية والمكانية والرياضية والفهم والرسم.. الخ.

وبعض الاختبارات فردي وبعضها جماعي وبعضها مصور والبعض تحريري.

ومن أمثلة اختبارات الذكاء هي:

١- مقياس ستانفورد للذكاء، وهو مقياس عالمي ومعرب ويناسب كل الأعمار من عامين إلى الراشد والمعوق ويستغرق ساعة واحدة وقد قام بتعريبه الدكتور عبد الله زيد الكيلاني من الجامعة الأردنية.

٢- مقياس ويكسلر، للأطفال (الصغار) يتضمن اختبارات لفظية تقيس المعلومات والفهم والحساب والمتشابهات والمفردات وسلاسل الاعداد واختبارات عملية عن تكميل الصور وترتيبها ورسوم المكعبات وتجميع الأشياء ويناسب الأعمار بين ٥-١٥ سنة ويستغرق ساعة.

٣- اختبار رسم الرجل: وضع (جود انف) ويناسب الاعمار من ٦-١٢ سنة.

٤- وهناك عدد من الاختبارات والمقاييس العربية مثل:

- اختبار الذكاء اللفظي للشباب وضع الدكتور حامد عبد السلام زهران.

- اختبار الاستعداد، واختبار الذكاء الابتدائي، واختبار الذكاء الاعدادي واختبار الذكاء الثانوي، واختبار الذكاء العام.. الخ.

٥- مقياس ويكسلر بلفيو لذكاء المراهقين والراشدين (الكبار) ويناسب أعمار من ١٥-٦٠ سنة ويستغرق ساعة واحدة.

**اختبارات ومقاييس القدرات والاستعدادات:**

تستعمل في مجالات الارشاد التربوي والمهني ويقيس القدرة اللغوية والقدرة الرياضية والقدرة النفسية والقدرة الموسيقية والمهارات اليدوية والمهارات الحركية الاخرى ويستعمل الى جانب القدرة العقلية العامة. ومن أنواعه :

أ- اختبار القدرة العددية .

ب- اختبار القدرة الفنية للمصورين والرسامين .

جـ- اختبار سيشور للقدرة الموسيقية .

د- اختبار تورنس للتفكير الابتكاري .

**اختبارات التحصيل :**

وهي اختبارات معلومات ومعارف ومهارات وهي مقاييس لنتائج عملية التعلم ويوجد معامل ارتباط مرتفع بين نتائج اختبارات الذكاء ونتائج اختبارات التحصيل .

وتتيح اختبارات التحصيل المقننة إمكانية متابعة التلاميذ وتطور تحصيلهم حيث تدل على التقدم أو التأخر وهذا يفيد ارشادهم تربوياً ومعظم اختبارات التحصيل من النوع الموضوعي . وفي كثير من الدول تقوم المراكز القومية للبحوث التربوية باعداد اختبارات التحصيل وتشمل هذه الاختبارات المواد الدراسية المختلفة .

**اختبارات ومقاييس الشخصية :**

يقوم المرشدون النفسيون والاخصائيون بقياس سمات الشخصية وابعادها

وأثرها في السلوك والتوافق النفسي. ومعظم اختبارات ومقاييس الشخصية تؤدي الى صفحة نفسية تصور موقع العميل بالنسبة لابعاد الشخصية وهذا ما تشير اليه بعض الاختبارات مثل.

١- اختبار الشخصية (اختبار مينوسيتا المتعدد الاوجه "MMPI" ويتألف هذا الاختبار من ٥٦٦ فقرة تقيس معظم سمات الشخصية وله ١١ مفتاحاً لمعرفة النتائج ويحوي ايضاً (بروفيل الشخصية) وهي بطاقة التخطيط السيكولوجي. وورقة اخرى تظهر نتائج الاختبار ويظهر ١٠ أبعاد هي: توهم المرض والإكتئاب والهستيريا - الذكورة والأنوثة - الانحراف السيكوباتي - الوسواس القهري الثلاثي - الفصام - الهوس الخفيف - البرانويا - الانطواء الاجتماعي.

وهناك اربعة مقاييس لكشف الكذب وعدم الاجابة والفهم والمفتاح، وهذا المقياس دقيق في نتائجه ويناسب الافراد من ١٦ سنة.

٢- اختبار عوامل الشخصية : تأليف كاتيل وهو للراشدين.

٣- قائمة ايزنك للشخصية: تأليف هانز ايزنك.

٤- اختبار كاليفورنيا للشخصية.

**الاختبارات الاسقاطية:**

تهدف الى قياس الشخصية ككل إذ تقدم مثيراً غامضاً للشخص ويقوم بشرحه وهنا تتضح سمات وابعاد شخصيته ومن الاختبارات الاسقاطية - بقعة الحبر - صورة - كلمة - جملة ناقصة وتعتبر الاستجابات اسقاطات داخلية شخصية، وهي بذلك تعتبر بمثابة أشعة للكشف عن الشخصية من الداخل أي أنها تكشف ما لا

تكشفه الأساليب الاخرى غير الإسقاطية .



اختبار تفهم الموضوع للكبار (عينة)



اختبار تفهم الموضوع للاطفال (عينة)



مثال من اختبار بقع الحبر لروشاخ

١- اختبار بقع الحبر لروشاخ: وضع هيرمان روشاخ هذا الاختبار الاسقاطي، ويتكون من ١٠ بطاقات على كل منها بقعة حبر خمس منها باللون الابيض والاسود والخمس الاخرى بها الوان، وتعرض البطاقات على المفحوص الواحد. تلو الأخرى ويطلب ذكر ما يرى، وهذا الاختبار يقيس الشخصية ككل: القدرة العقلية، الابداع، المثابرة، الذات، الانبساط، الانطواء، قوة الشخصية، الخمول، الصداع، السلبية، التوافق النفسي، التطبيع الاجتماعي، أهداف الحياة، العصاب، الذهان، اصابة عضوية في المخ، الجنس، الصدمات.

٢- اختبار تفهم الموضوع للكبار: وضع (موراي) اختبار "TAT" وهو اختبار اسقاطي ويتكون من ثلاثين بطاقة على كل منها صورة بالاضافة الى بطاقة بيضاء. عشر منها تصلح للذكور وعشر للنساء وعشر منها تصلح للجنسين. وتعرض على المفحوص عشرون بطاقة (عشر منها حسب جنسه) الواحدة تلو الآخرى. ويطلب منه أن يحكي قصة تستثيرها الصورة له بداية ونهاية وفيها بطل وماذا يحدث وكيف. ويستفسر من المفحوص عن بعض النقط. ثم تحلل القصص التي يفترض ان لها صلة بالمفحوص بحياته النفسية وخبراته وشخصيته. وتفسر القصص على أن المفحوص هو البطل له صفاته ودوافعه وميوله واتجاهاته وعلاقاته الاجتماعية وعوامل البيئة وموضوع القصة، وهكذا يقيس الاختبار الحاجات الاساسية والصراعات الرئيسية والقلق والدفاعات الرئيسية وقوة الذات وتكاملها.

٣- اختبار تفهم الموضوع للصغار وضع (بلاك) وهو مثل الاختبار السابق وفيه (١٠) بطاقات عليها رسوم حيوانات وطيور وصورة آدمية.

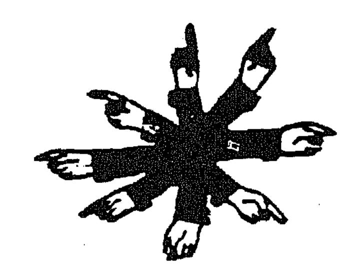
٤- اختبار ساكس لتكميل الجمل: تأليف ساكس وهو اختبار اسقاطي بطريقة تكميل الجمل. ويقيس الاتجاهات الأساسية لشخصية المفحوص في أربعة

جوانب هي الاتجاه نحو الأسرة والجنس والذات والناحية الاجتماعية . ويصلح للبالغين .

٥- اختبار تداعي المعاني : وفيه يذكر الفاحص كلمة ويطلب من المفحوص الاستجابة لها بأول ما يرد الى ذهنه ويكشف عن الصراعات عند الفرد .

٦- اختبار رسم المنزل والشجرة والشخص .

٧- اختبار الكتابة العضوية .



الاسقاط



نموذج من اختبار إسقاطي مصور لدراسة الاتجاهات نحو القرويين

## اختبارات الميول:

وهي اختبارات تحاول رسم خريطة لميول العميل. وتقوم على أساس أنه اذا توافر الميل نحو سلوك أو مادة دراسية أو مهنة، وتساوت الظروف الاخرى فإن النجاح مضمون في الدراسة أو المهنة التي يميل لها الفرد.

## ملاحظات حول اختبارات الميول:

١ ـ وهي أنها قد تعطي صورة عامة في ضوء التفضيل العام ولس الشخصي.

٢ ـ أن الميول تتغير رغم ثباتها النسبي وأن هذا التغير سريع في مراحل الطفولة والمراهقة بصفة خاصة.

وأهم هذه الاختبارات:

١ - اختبار الميول تأليف سترونج "Strong"

٢ - اختبار كيودر للميول المهنية "Kuder"

## اختبارات ومقاييس الاتجاهات:

تسهل قياس الاتجاهات النفسية وتفيد في تعديل وتفسير الاتجاهات ومن أمثلة هذه المقاييس:

- مقياس الاتجاهات نحو الشعوب الأخرى.
- مقياس الاتجاهات التربوية للمعلمين ويقيس معلومات المعلم وسلوكه

## اختبارات التوافق النفسي:

يهتم المرشد باختبارات التوافق النفسي وتقدير التوافق للعميل شخصياً واجتماعياً ومدرسياً ومهنياً.

## مقاييس الصحة النفسية:

يهتم المرشد بجمع المعلومات عن مستوى الصحة النفسية للعميل.

## مقاييس الارشاد النفسي :

ويستخدمها المرشودن للحصول على معلومات عن ديناميات ومشكلات الشخصية وفائدتها هي الحصول والتعرف على من يحتاجون الى خدمات ارشادية والتعرف على مشكلاتهم ومعاونتهم في الحصول على فهم ناضج للذات والحصول على معلومات كثيرة لازمة لعملية الارشاد النفسي.

واهم مقاييس الارشاد النفسي مقياس ميسوشا للارشاد النفسي.

وهناك اختبارات ومقاييس اخرى. وهي مقاييس خاصة وهامة منها :

مقياس العلاقات الاجتماعية او الاختبار السوسيومتري (موريو)

تصنيفات نسب الذكاء في مقياس ويكسلر :

| نسبة الذكاء IQ | التصنيفات | النسبة المئوية المتضمنة |
|---|---|---|
| ١٣٠ فأكثر | متفوق جداً | ٢,٢ |
| ١٢٠-١٢٩ | متفوق | ٦,٧ |
| ١١٠-١١٩ | ذكي عادي | ١٦,١ |
| ٩٠-١٠٩ | متوسط الذكاء | ٥٠,٠ |
| ٨٠-٨٩ | غير عادي | ١٦,١ |
| ٧٠-٧٩ | الحالات الهامشية قد تصنف في فئة ضعاف العفوات او الأغبياء | ٦,٧ |
| ٦٩ فأقل | ضعيف العقل | ٢,٢ |

source: Wecaler,D.WAIS manual. N.Y: Psychological Corporation, 1155.P.20.



فريق التوجيه والارشاد

## ثانياً: انواع الوسائل وخصائصها العامة

### ١ ـ البطاقة المجمعة او السجل التراكمي :

تتطلب عملية الارشاد والتوجيه النفسي والمهني وجود بطاقات تسجل فيه البيانات المتعلقة بالفرد، إن كل مدرسة تحتفظ ببطاقات لجميع الطلاب والبطاقات على نوعين :

١ - بطاقات تعرض سجلاً طويلاً للطالب من جميع النواحي .

٢- بطاقات تحضر في سنة دراسية أو أكثر .

٣ بطاقات تغطي سنوات التعليم بأكملها وتنتقل مع الطالب من مدرسة الى أخرى .

**تعريف البطاقة وتاريخها :**

تقدم لنا صورة متكاملة متطورة للفرد وهذه الصورة تتعرض لأساليب سلوكه

واتجاهاته بحيث يستطيع المرشد أن يكشف العلاقات المتداخلة بين نواحي شخصية الفرد وان يبين النمط الذي يتبعه في نموه ونضجه، والبطاقة هي مرآة تعكس صورة حقيقية لمكونات شخصية الطالب. وهي خطة مساعدة، منظمة لكل برنامج التوجيه، وهي تساعد المعلم والمرشد على تحقيق فهم افضل للطلاب وتعتبر سجلاً لتاريخ الفرد في مختلف جوانب حياته.

إن السجلات الطلابية وجدت قبل الحرب العالمية الاولى، إلا أن السجلات التراكمية أخذت بالظهور مع حركة التوجيه المنظم.

**الحاجة الى البطاقة المدرسية:**

انها محور العملية التربوية إذ أصحبت المدرسة تهتم بالاضافة الى النواحي التحصيلية والنمو المعرفي الى تفهم مكونات الشخصية للطالب ومواجهة احتياجاته الدراسية والاجتماعية والنفسية والخلقية والصحية والاقتصادية وذلك من اجل نموه السوي.

**اهمية البطاقة المجمعة:**

١- إن المعلومات التي تسجل والبيانات التي تضمها لا يتم تسجيلها مرة واحدة ولكنها تتدرج تبعاً للظروف والأحوال.

٢- تنتقل مع الطالب من صف لصف ومن مدرسة لاخرى وهي سجل لحياته.

٣- من خلال المعلومات التي تحتوي عليها البطاقة يمكن للمرشد أن يحمل على تحقيق فهم افضل لطلابه، ومساعدتهم على النمو المتكامل الصحيح.

٤- يمكن من خلال البطاقة معرفة احتياجات الطالب الاجتماعية والنفسية والصحية والاقتصادية والتحصيلية والعمل على مساعدته على النمو السليم.

٥- يمكن من خلال البطاقة ان نتعرف على شخصية الطالب بابعادها المختلفة حتى نستطيع ان نتعامل مع هذه الشخصية .

٦- هدف البطاقة المساعدة على تحسين عملية التعليم وتوجيه الطالب في حياته .

**الاغراض التي تستخدم بها البطاقة المجمعة :**

١- معالجة المشاكل التربوية والشخصية والمهنية إذ تكتشف ميول الطالب .

٢- هي مؤشر عن توقعات مستقبل الطالب .

**المقابلة:**

تعرف بانها علاقة ديناميكية بين شخصين المرشد والعميل وفيها يحاول العميل أن يحصل على حل للمشكلة التي يعاني منها ويحاول المرشد أن يُقدم للعميل من خلالها المساعدة الفنية التي يراها ملائمة سواء كانت مباشرة أو غير مباشرة والمقابلة هنا تكون مهنية فنية وتصبح موقفاً تعليمياً .

**اهداف المقابلة :**

١ ـ اقامة العلاقة الارشادية بين المرشد والطالب .

٢- الكشف عن المشاعر والاتجاهات في نفس المسترشد .

٣- جمع البيانات الجديدة والتوسع فيها وتفسيرها .

٤- نقل المعلومات التي تساعد المسترشد .

٥- مساعدة المسترشد للكشف عن الحلول الممكنة بحيث تكون مقبولة اجتماعياً ومشبعة لرغباته مع وجود تعاون بين المرشد والمسترشد .

**شروط المقابلة :**

١ ـ العلاقة التعاونية بين المرشد والعميل وهي الامانة .

٢- صدق المعلومات.

٣ـ الاطمئنان النفسي للعميل حتى يكون واعياً.

**بعض الأمور الهامة المساعدة للنجاح في المقابلة:**

١- حاجة المرشد لأن يكون معروفاً للطلاب كصديق ومتفهم ومخلص وأمين.

٢- إن سمعة المرشد ومحافظته على السرية هي سبب نجاحه.

٣- إن نجاح المرشد يعتمد على علمه وخبرته وتأهيله فيما يتعلق بالسلوك الانساني. كذلك معرفته الواسعة بالعلوم والمهن حتى يستطيع توجيه الطلبة مهنياً.

٤- قدرة المرشد على فهم الفرد وفهم المجتمع من حيث تقاليده وعاداته.

**جو المقابلة :**

(١) المكان.

(٢) الهدوء.

(٣) الوقت حوالي من ١٠-٦٠ دقيقة .

**الأسس التي تقوم عليها المقابلة الشخصية:**

(١) جو الألفة.

(٢) فهم العميل لاهداف المقابلة.

(٣) وضوح الاسئلة.

(٤) توضيح العلاقة.

(٥) تقبل اتجاهات وانفعالات العميل.

(٦) الاصغاء.

(٧) تسجيل الملاحظات إما عن طريق التسجيل اثناء المقابلة أو بعدها (٨) انهاء المقابلة .

## انواع المقابلة:

وهي نوعان:

١- المقابلة المباشرة: مثل ما يتبع في النظريات السلوكية (يقوم المرشد بسماع العميل وتحديد مشكلته وايجاد حلول بديلة لها).

٢- المقابلة غير المباشرة: تحديد الهدف من المرشد ومعرفة العلاقة بين المرشد والمسترشد ويبدأ المرشد بسؤال المسترشد عن الموضوع الذي سيناقشه به، وعلى المرشد أن لا يضغط على المسترشد والمقابلة غير الارشادية هي ما يتبع في (نظرية الذات اذ يترك المرشد المسترشد، في الكلام وعلى المرشد تقبل مشاعر المسترشد وافكاره وأن لا يقوم بتقييمها وإنهاء المقابلات عندما يشعر المسترشد بأنه أصبح قادراً على حل مشاكله بنفسه.

## أساليب المقابلة:

يتحدد أسلوب المقابلة بشكل أساسي حسب الإطار الفلسفي والمدرسة الارشادية التي ينتمي اليها المرشد. ومن المفضل ان يعد المرشد مخططاً إذا كان ينوي اتباع الاسلوب الانتقائي وهو الأفضل.

## دراسة الحالة:

تعتبر طريقة دراسة الحالة من أكثر الطرق شمولاً في تجميع معلومات فردية وتحليلها بغية معرفة مشكلة الفرد الراهنة وفهمها وايجاد السبل لمساعدته على حلها. وهي تعتمد على جميع المصادر المتوافرة.

(١) البطاقة التراكمية.

(٢) الملاحظات.

(٣) الاختبارات على انواعها

(٤) المقاييس الاجتماعية .

(٥) ملاحظات المعلمين .

(٦) الأهل .

**وتهدف دراسة الحالة الى :**

(١) فهم افضل للمسترشد .

(٢) تشخيص مشكلاته وطبيعتها وأسبابها .

(٣) التخطيط للارشاد .

(٤) التوصيات .

**شروط دراسة الحل :**

(١) التنظيم للمعلومات .

(٢) الاعتدال في التسجيل

**النواحي التي تشملها دراسة الحالة :**

(١) اسم المرشد وتاريخ كتابة التقرير .

(٢) اسم المسترشد وعمره وعنوانه وعلاماته

(٣) وصف المشكلة .

(٤) التاريخ العائلي .

(٥) التاريخ الصحي

(٦) الاختبارات ونتائجها .

(٧) التاريخ الاكاديمي .

(٨) التكيف الاجتماعي

(٩) النمو الانفعالي .

(١٠) خبرات العمل .

(١١) الهوايات والأهداف

(١٢) التشخيص .

(١٣) الاقتراحات المبدئية للمعالجة .

(١٤) المتابعة .

**مميزات دراسة الحالة :**

تتميز دراسة الحالة بما يلي :

١- تساعد على فهم وتشخيص وعلاج الحالة على أساس علمي دقيق .

٢- تعطي صورة أوضح وأشمل للشخصية لأنها شاملة على جميع المعلومات .

٣- تساعد العميل على أن يفهم نفسه بصورة أوضح وأعمق . لها فائدة اكلينيكية بما يحدث خلالها من التنفيس الانفعالي للعميل .

**تسجيل دراسة الحالة :**

يجب أن تكون دقيقة وشاملة وموضوعية وان تعطي صورة واضحة عن الحالة .



فحص ودراسة الحالة



فحص ودراسة الحالة

## الإحالة في الارشاد :

١- يواجه المرشد في خلال عمله حالات تستدعي لسبب أو لآخر الإحالة الى أحد الاخصائيين الذي يستطيع مساعدة المسترشد .

٢- ويمكن للمرشد أن يقوم باعطاء المسترشد المعلومات عن حالته وأنه من الواجب عليه مراجعة أحد الاخصائيين وعندها يعطيه اسم المختص وعنوانه .

٣- ويجب على المرشد أن يشرك المسترشد في مناقشة أسباب تحويله . وفي بعض الاحوال يواجه المرشد بمقاومة الآباء أو الأهل لعملية الإحالة ، وهنا يجب على المرشد أن يعمل مع هؤلاء الاشخاص لمساعدتهم على فهم الإحالة وأهميتها بالنسبة للمسترشد .

٤- إن على المسترشد الذي يقبل بقرار الإحالة تكون امكانية تحسنه أفضل ، هذا ويجب على المرشد أن يطلع المسترشد على كل الحقائق التي تتعلق به .

٥- وعلى المرشد في عملية الاحالة أن يعطي بيانات بسيطة ومفهومة ولا تصدر تعميمات غير صحيحة أو يكون قاسياً في تصريحاته . وعند معالجة الاخصائي يستطيع المرشد أن يستفسر عنه ولكن عليه أن لا يعطي آراءه الا إذا طلب منه .

### مؤتمر الحالة :

يعتبر مؤتمر الحالة من الوسائل المهمة لتنسيق المعلومات التي جمعت عن الطالب وتفسيرها . ويتيح مؤتمر الحالة الفرصة لتبادل الآراء والخبرات ومناقشة جميع الأمور المتعلقة بالحالة . حيث يدخل النقاش بين افراد لهم اتصال بالحالة . إذ يشترك في هذا المؤتمر الاخصائيون على رأسهم المرشد الذي له الدور الأكبر والأهم في مؤتمر الحالة .

وتناقش في مؤتمر الحالة الاستعداد المدرسي ومستوى التحصيل للطالب

والحياة الأسرية والعلاقة مع المدرسين . . الخ .

**تعريف مؤتمر الحالة :**

هو إجتماع مناقشة خاصة يضم كل أو بعض من يهمهم أمر المسترشد ويكون بموافقة المسترشد نفسه .

**أغراض مؤتمر الحالة :**

١- مناقشة العلاقة بين الطالب والوالدين واعطاء الوالدين الفرصة للتحدث مع المؤهلين .

٢- مناقشة نشاطات الطالب في المدرسة وتقييم نموه وتقدمه .

٣- مساعدة المعلم في معرفة معلومات عن خلفية اسرة الطالب لفهمه .

٤- إعطاء فكرة واضحة للآباء حول الاهداف المدرسية ومناقشة زيارتهم للمدرسة .

**الخطوات الواجب الاهتمام بها قبل عقد مؤتمر الحالة :**

١- يجب أن يقتصر عقد المؤتمر على الحالات التي تحتاج الى عقده فقط .

٢- على المرشد توضيح الهدف من المؤتمر وأن يقدم تلخيصاً عن مشكلة الطالب .

٣- الاهتمام بالسرية حول كل ما يدور في الاجتماع .

٤- الالتزام بالدقة والموضوعية في احكام المشتركين وان تكون المناقشة علمية . ٥- يجب الحصول على موافقة المسترشد وخاصة عن المشاركين فبعض الطلبة يرفض حضور احد من أهله أو اقاربه وهذا من حقه .

**مميزات مؤتمر الحالة :**

١- زيادة فهم المشتركين للطالب .

٢- تجميع اكبر قدر من المعلومات.

٣- تأكيد العلاقة بين الطالب والمعلم.

٤- يساعد المعلمين في اداء وظيفتهم

٥- يعتبر من الوسائل الجيدة التي تربط البيت بالمدرسة.

**الطرق السوسيومترية:**

١- هي لمعرفة العلاقات الاجتماعية بين الطالب وزملائه، إذ سيعرف المرشد من خلال مقياس الطالب غير السعيد فيساعده على الاتصال بزملائه.

٢- الكشف عن الاطفال ذوي السلوك غير السوي. وهو عبارة عن اسئلة توجه للطلاب.

**بناء الاختبار السوسيومتيري:**

هناك طريقان رئيسان لبنائه هما:

١- الرجوع الى معيار محدد حيث يكشف الرغبات الاجتماعية للطالب فتوجه اليه اسئلة مثل: من هو أكثر شخص تفضل ان تجلس بجانبه في الصف.

٢- الاستبيان Questionair: ويقيس الاتجاهات الشخصية بدون الرجوع الى موقف محدد ويتضمن اسئلة حول القبول الاجتماعي والكشف عن القياديين والمساعدين.

**الملاحظة السردية:**

يعتبر اسلوب الملاحظة من أقدم الطرق والأساليب المستخدمة في دراسة الفرد وأكثرها شيوعاً. وهي طريقة مباشرة ومنطقية لدراسة سلوك الفرد في المواقف والظروف الطبيعية. وتعتبر الأساس لعملية التوجيه والارشاد. ويجب أن تكون الملاحظة موضوعية ودقيقة. تتوقف على مقدرة المرشد في وصف السلوك عند

كتابته للتقرير.

إن الهدف الاساسي للملاحظة هو زيادة فهم المرشد للسلوك من أجل توجيههم توجيهاً سليماً قائماً على حقائق موضوعية يشاهدها في سلوكهم في المواقف المختلفة.

**تعريف التقرير السردي:**

إنه تقرير يحوي وصفاً لانماط مميزة من سلوك الفرد في عبارة وصفية تصور ما حدث دون تقييم للسلوك تصف مظهراً من مظاهر سلوك الطالب مثلاً في موقف من المواقف

**أنواع التقرير السردي:**

١- تقدم وصفاً موضوعياً لحادث سلوكي معين.

٢- تقدم وصفاً وتتبعه بتفسير للحادث.

٣- تصف الحادث وتفسره وتضع التوصيات.

٤- التقارير التي تجمع الوصف مع التفسير

**كتابة التقرير السردي:**

١- شكل البطاقة التي يكتب عليها التقرير.

٢- نوعية الطلاب الذين يلاحظهم

٣- الموقف التي يلاحظ فيه الطلاب.

٤- عدد التقارير التي يقدمها عن الطالب

إن من الأمور الأساسية التي يجب أن تتضمنها بطاقة التقرير أن يذكر فيها اسم

الطالب الذي يلاحظه واسم المعلم الملاحظ وتاريخ التسجيل للملاحظة والمكان الذي وقعت فيه الحادثة ثم ذكر الحادثة .

**الموقف الذي يلاحظ فيه الطالب :**

إن عملية الارشاد تهتم بدراسة جميع الطلاب ، لان الهدف من الارشاد ليس حل مشاكل الطلاب فقط وإنما يقوم بمساعدتهم على حل مشاكلهم بانفسهم . لذلك على المرشد ملاحظة الطلاب في الصف والملعب والحفلات المدرسية منفرداً ومع غيره .

**خصائص التقرير السردي :**

١- يحتوي على المعلومات الكافية عن الطالب منها اسمه وعمره وصفه ومكان الحادثة وتاريخ وقوعها .

٢- أن يكون السرد موضوعياً .

٣- انتقاء الحادثة الأكثر دلالة ووضوحاً .

٤- يمكن أن يقوم المعلم باجراء الملاحظة السردية للسلوك المراد دراسته .

**مقاييس التقدير :**

تعتبر من سجلات الملاحظة لانها توحي باتجاه له دلالة في سلوك الفرد ومقاييس التقدير وتقدم عدة وظائف تقويمية وهي :

١- يوجه الملاحظة نحو سلوك معين .

٢- يقدم اطار مرجعي عام لمقارنة كل الطلاب على نفس مجموعة السمات .

٣- يقدم طرق ملائمة لتسجيل تقارير الملاحظين . ومقاييس التقدير تمثل درجات تقدم الطلاب ووصف السلوك فيها أكثر تحديداً ويساهم في موضوعية ودقة .

## ثالثاً: أسس انتقاء الوسائل للأغراض الارشادية:

تعتبر وسائل جمع المعلومات في الارشاد النفسي حجر الزاوية في الارشاد.

اما أسس الانتقاء فتكون كما يلي:

١- البيانات العامة عن العميل وبيئته المباشرة: عن والديه واخوانه والاقارب الذين يعيشون مع الأسرة. ويمكن الحصول على هذه البيانات عن طريق:

أ- المقابلة.

ب- دراسة الحالة.

جـ- السيرة الشخصية.

د- السجلات.

٢- البيانات عن شخصية العميل وابعادها وسماتها وتوافقها واضطرابها والعوامل المؤثرة بها وبنائها دينامياً ووظائفياً (جسمياً وعقلياً واجتماعياً وانفعالياً) هذه المعلومات تحصل عليها عن طريق:

أ- المقابلة.

ب- الملاحظة.

جـ- دراسة الحالة.

د- مؤتمر الحالة

هـ- الاختبارات.

و- السير الشخصية.

ز- السجلات.

ح- مصادر المجتمع.

٣- البيانات عن المشكلة الحالية: من حيث التحديد وتعيين الأسباب والاعراض والتاريخ والجهود الارشادية والتغيرات التي حصلت للحالة ونحصل عليها:

أ- المقابلة.

ب- الملاحظة.

جـ- دراسة الحالة.

د- مؤتمر الحالة

هـ- الاختبارات.

و- الفحوص.

ز- السيرة الشخصية.

ح- مصادر المجتمع.

٤- البيانات عن المعلوما ت العامة: عن النمو والدوافع والحاجات وهدف الحياة ومفهوم الذات ومستوى الصحة النفسية والتوافق ونحصل عليها عن طريق:

أ-المقابلة.

ب- دراسة الحالة.

جـ- مؤتمر الحالة.

د- الاختبارات.

هـ-الشخصية.

ومن الشروط العامة لوسائل جمع المعلومات:

١- **السرية**: يجب أن تدون المعلومات وتسجل في شكل رمزي لا يستطيع الافراد

العاديون قراءتها ويجب أن تحفظ في مكان أمين حتى لا يطلع عليها أحد.

٢- **التخطيط** : يجب أن يكون مسبقاً قبل بدء العلاج.

٣- **التنظيم** : يجب تنظيم المعلومات في تسلسل ووضوح.

٤- **الدقة** : بحيث تكون مطابقة للواقع والابتعاد عن التحيز والتقديرات ويجب أن يكون للأرقام اعتبارها ومعناها، وكذلك تجري الدقة في تفسير المعلومات واستنتاج دلالتها النفسية باسلوب علمي.

٥- **الموضوعية** : يجب توخيها في جمع المعلومات وتفسيرها والابتعاد عن الذاتية.

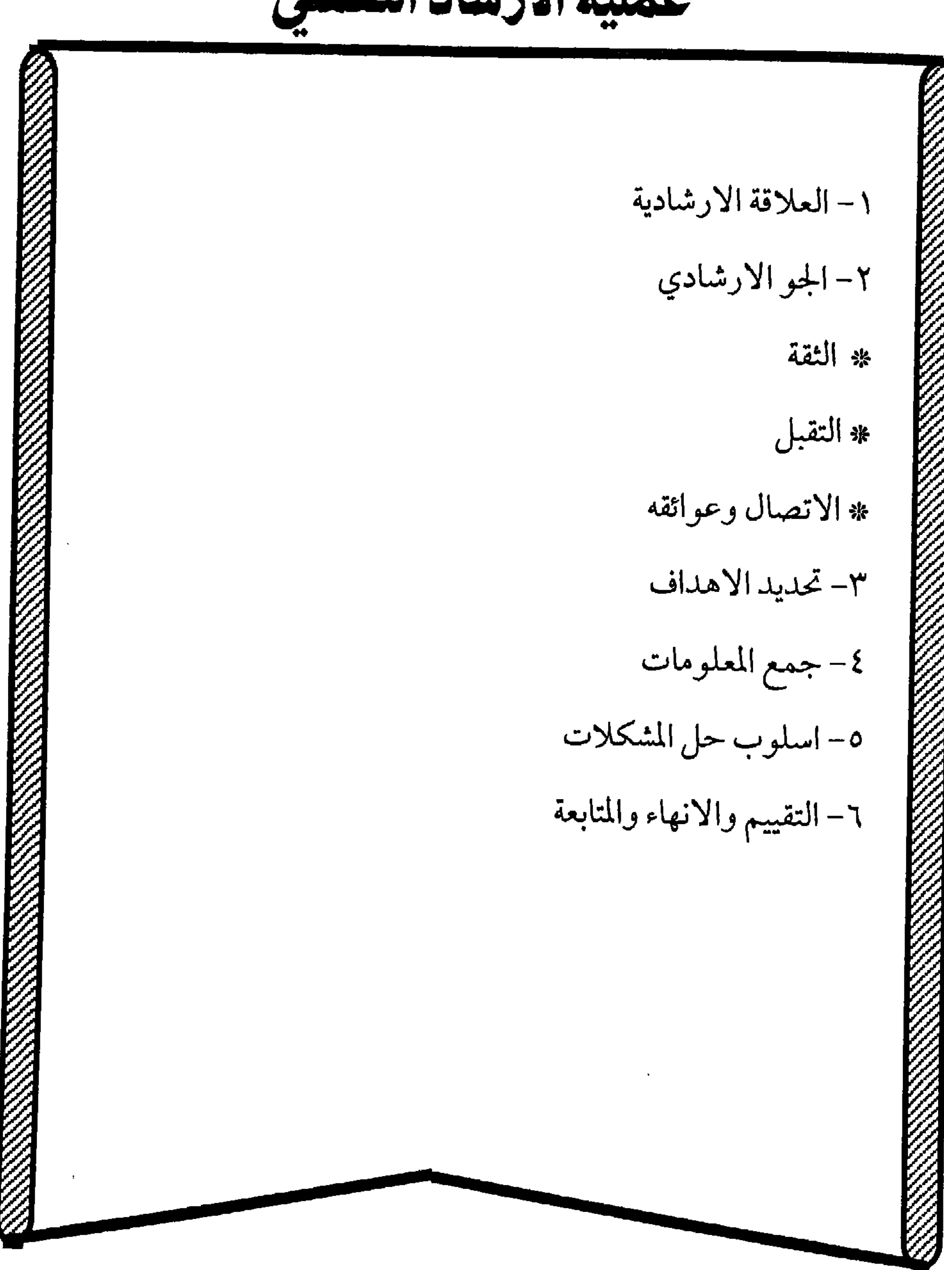
٦- **المعيارية** : ويقصد بالمعيارية معناها العام أي الحكم على العميل في ضوء المعايير الخاصة بجنسه وعمره وثقافته.

٧- **التسجيل** : يجب تسجيل كل المعلومات التي يتم الحصول عليها حتى لا تكون عرضة للنسيان، ويجب تسجيلها عقب الحصول عليها مباشرة وتحديد التواريخ وذلك لفهم دلالتها بالنسبة لعمر العميل ومرحلة التقدم وتسجيل اسم الاخصائي الذي جمع المعلومات أو أضافها.

٨- **الخبرة** : يجب أن يكون الاخصائي حاصلاً على درجة علمية وعملية عالية.

# الوحدة السادسة

# عملية الارشاد النفسي



١- العلاقة الارشادية

٢- الجو الارشادي

* الثقة

* التقبل

* الاتصال وعوائقه

٣- تحديد الاهداف

٤- جمع المعلومات

٥- اسلوب حل المشكلات

٦- التقييم والانهاء والمتابعة



# الوحدة السادسة

# عملية الإرشاد النفسي

## ١- تعريف العلاقة الإرشادية:

العلاقة الإرشادية هي قلب عملية الارشاد وهي علاقة شخصية اجتماعية مهنية دينامية هادفة وثيقة تتم بين المرشد والمسترشد في حدود معايير اجتماعية تحدد ما هو جائز وما هو غير جائز وتحدد دور كل منهما وتهدف إلى تحقيق الأهداف العامة والخاصة للعملية الإرشادية.

وفي بداية العلاقة الإرشادية يرحب المرشد بالمسترشد ويتعارفان، ومنذ البداية يجب أن يعرف كل من الطرفين حدوده و معاييره السلوكية وإمكاناته ومسؤولياته تجاه الآخر.

## ٢- الجو الإرشادي :

إن الجلسة الإرشادية جلسة مهنية تتم فيها علاقة ارشادية في جو نفسي خاص يشجع المرشد المسترشد ليعبر عن أفكاره ويشجعه ليقول كل شيء وأي شيء عن المشكلة.

أما عوامل نجاح الإرشاد فتكمن فيما يلي:

أ- الثقة: وهذه أمر ضروري يعطي العميل الأمان على نفسه وعلى اسراره ويساعده على الاسترخاء والطمأنينة والبوح والتفكير بصوت عال، والثقة المتبادلة تشجع المرشد على المساعدة ونجاح العملية يتوقف على الثقة.

ب- التقبل : تعني التقبل الايجابي غير المشروط أي تقبله ما هو عليه دون التأثر بأحكام سابقة أو بآراء مسبقة دون لوم أو نقد. فالمسترشد بحاجة للتقبل الايجابي مما يساعده على تقبل نفسه.

جـ- حسن الإصغاء : إن حسن الاصغاء والاستماع مع الملاحظة وتركيز الانتباه لكل قول وفعل وانفعال، لذلك يجب أن تتاح للمسترشد فرصة الكلام، ويكون تدخل المرشد بقدر محدود وعند الضرورة مما يساعد العميل على الاسترسال والبوح والتفريغ الإنفعالي.

د- السرية والخصوصية : وهي من أخلاقيات المرشد النفسي الرئيسية وتعتبر دليلاً على احترام المرشد لنفسه ولعمله ولمهنته.

هـ- الاحترام : إن الاحترام المتبادل أمر هام بين المرشد والمسترشد ويكون عن طريق الاعتراف بقيمة المسترشد وقدرته على التفكير والسلوك البناء.

و- الدفء والحب والحنان : عناصر هامة من عناصر مناخ الإرشاد النفسي ويقصد به أن يشعر المسترشد في ذلك فيستمر بالاخذ والعطاء.

وفي بداية العلاقة الارشادية يرحب المرشد بالمسترشد ويتعارفان، ومنذ البداية يجب أن يعرف كل من الطرفين حدوده ودوره ومعاييره وإمكاناته.

ز- الاتصال وعوائقه : يأتي بعض العملاء للإرشاد لأول مرة ولديهم نوع من الحساسية والميل الدفاعي عن النفس يصل أحياناً إلى درجة الإنكار وعدم الشعور بالمسؤولية ويجب منذ بداية عملية الارشاد النفسي تنمية مسؤولية المرشد من حيث قبول نفسه وتحملها وأن يكون ايجابياً حتى تحقق عملية الارشاد اهدافها.

### ٣- تحديد الأهداف:

إن الهدف الرئيسي لعملية الارشاد هو هدف علاجي، ويجب أن يحدد المرشد والعميل أهداف عملية الارشاد، فيحددا الأهداف العامة والأهداف المبدئية والأهداف الخاصة حتى يمكن توجيه عملية الارشاد لتحقيقها.

### ١- الأهداف العامة :

تتعدد الأهداف العامة للارشاد النفسي ومنها :

أ- تحقيق الذات وفهمها، وذلك بتحقيق إمكانات وقدرات واستعدادات العميل وتحويل نظره من خارج نفسه الى داخلها مع استبصار أكثر والعمل معه حسب حالته سواء كان عادياً أو متأخراً أو متفوقاً

ب- تحويل العميل من كبت المشاعر إلى إخراجها.

جـ- تحويل العميل من الكلام عن العموميات الى الكلام عن الخصوصيات.

د- تحقيق التوافق النفسي وتحسين السلوك وتحقيق السعادة والصحة النفسية ويكون ذلك عن طريق تناول السلوك والبيئة الطبيعية والاجتماعية بالتغيير والتبديل حتى يحدث توازن بين الفرد وبيئته، وهذا التوازن يتضمن اشباع حاجات الفرد ومقابلة متطلبات البيئة.

ومن الممكن تحقيق التوافق الشخصي عن طريق تحقيق السعادة مع النفس والرضا عنها واشباع الدوافع والحاجات الداخلية الأولية والفطرية والعضوية والفسيولوجية وكذلك التوافق لمطالب النمو في مراحله المتتابعة.

ويكون تحقيق التوافق التربوي عن طريق مساعدة الفرد في اختيار أنسب المواد

الدراسية والمناهج في ضوء قدرته وميوله وبذل أقصى جهد ممكن بما يحقق النجاح الدراسي . وتحقيق التوافق المهني ويتضمن الأختبار المناسب للمهنة والاستعداد علمياً وتدريبياً لها حتى يشعر الفرد بالرضا والسعادة ووضع الفرد المناسب في المكان المناسب له وللمجتمع .

هـ- تحقيق الصحة النفسية وهي تهدف الى حل مشكلات العميل أي مساعدته في حل مشكلاته بنفسه ، ويتضمن ذلك التعرف على أسباب المشكلات واعراضها وازالة الاسباب والأعراض .

**٢- الأهداف المبدئية :**

بعض اهداف عملية الارشاد النفسي تتحدد بصفة مبدئية وذلك لأن بعض الأهداف تتغير أثناءها أو تتعدى أو يقدم أحدها على الآخر ، فالعميل قد يضلل المرشد في المراحل الأولى من الارشاد بسبب اعطائه معلومات ناقصة أو خاطئة عن قصد أو بدون قصد ، ومع تقدم عملية الارشاد تتضح الامور والرؤيا فيقنع العميل بعملية الارشاد واخلاص المرشد عندما يبدأ بالتحسن ، عندها يعطي حقائق جديدة وصادقة فيضطر المرشد إلى تغيير الأهداف أو تعديلها .

**٣- الأهداف الخاصة :**

وتكون عن طريق الاجابة عن السؤال (لماذا جاء العميل) و (ماذا يريد) . إن أهم الأهداف الخاصة هي حل مشكلة العميل اجرائياً من خلال علاقة ارشادية ناجحة . ويجب أن يعرف المرشد والعميل بهدف الاهداف الخاصة وكيفية تحقيقه ومسؤولية كل منهما . إذن يجب تحديد الاهداف مسبقاً .

### ٤- جمع المعلومات:

يأتي العميل إلى المرشد وكلاهما لا يعرف عن الآخر الكثير لذلك يجب بعد التعارف جمع جميع المعلومات المرتبطة بالعميل ومشكلته وبيئته، ويجب أن يعرف العميل أن من أهم مطالب عملية الارشاد أن يكشف عن ذاته للمرشد وأن يعرفه بنفسه وبموقفه العام وتحديد مشكلاته وأسبابها وأعراضها حتى يستطيع أن يفهمه ويتعرف على حاجاته . أما المعلومات المطلوبة فسيأخذها المرشد من الاختبارات والمقاييس التقديرية والمقاييس السوسيومترية . . الخ بالاضافة الى ذلك معرفة العميل وشخصيته ومشكلته من كل الجوانب ومن أهله أو زملائه أو بيئته، وباستخدام كافة وسائل جمع المعلومات الممكنة مع مراعاة تعددها والشروط العامة التي تكفل نجاحها والثقة في المعلومات .

### ٥- أسلوب حل المشكلات:

يمكن اعتبار حل المشكلة التي جاء بها العميل كنموذج أو عينة تدريب يستطيع حل مشكلاته بنفسه مستقبلاً مستفيداً بخبرة عملية الارشاد . فالمرشد لا يحل مشكلة العميل ولكنه يساعده في حل المشكلة بنفسه ويتبع لتحقيق ذلك ما يلي :

١- التشخيص وتحديد المشكلة وبعدها يبدأ العمل في حصرها والسيطرة عليها وحلها .

٢- دراسة أبعاد المشكلة وتفهمها جيداً، وتقتلع أسبابها من جذورها وتزال اعراضها، لأننا إذا ازلنا الاعراض وتركنا الأسباب والجذور فسوف تنمو مشكلات جديدة .

٣- يتم استعراض المحاولات السابقة لحل المشكلة واسباب اخفائها ومدى النجاح

الذي تحقق .

٤- يوجه المرشد العميل إلى اقتراح عدد من الحلول الرئيسية والحلول البديلة الاحتياطية بحيث تكون هذه الحلول ممكنة ومقبولة اجتماعياً ومشبعة للعميل .

٥- تحدد الحلول المرتضاة وترتب حسب الاولوية ، وتوضع الخطط لتنفيذها .

٦- يقوم المرشد بالمساعدة فقط ، ويحرص على توجيه كل شيء نحو الوصول الى حل للمشكلة مع الاحتياط خشية تورط العميل في اقتراح حلول واضحة غير موفقة أو خاطئة أو ضارة به أو بالآخرين . ويحاول المرشد :

أ- تشجيع العميل في المحاولة حين يظن أنه يقدر على التعلم عندما لا يعرف .

ب - عليه التجريب إذا تعلل أن الحل مستحيل .

جـ- ان يكون المرشد حازماً ومؤكداً النجاح .

٧- يقوم العميل بتنفيذ الخطة الموضوعة لحل المشكلة وهو مسؤول عنها .

ملاحظة : لكي تحل مشكلاتك كما يحلها العظماء عليك ما يلي :

أ- حدد المشكلة .

ب- اقصرها على المهم .

جـ- تخلص من التفاهات .

د- ضع خطة لحلها . .

هـ- لا تدع شيئاً يمنعك من تنفيذها .

ومن الجدير بالذكر أن بعض العملاء قد يضعون شروطاً لحل المشكلة تكون

بمثابة عقدة تعوق العملية الارشادية ، ويجب أن يذكرهم المرشد أنه لا شروط في عملية الارشاد . وأن على المرشد تقديم النصح في شكل اقتراحات وعلى المسترشد أخذها أو تركها .

**٦- التقييم والانهاء والمتابعة:**

**التقييم :**

يقصد بالتقييم هنا (تقييم عملية الارشاد النفسي) في ضوء نتائجها وآثارها وتعرف بأنها تقدير نتائج وظروف عملية الارشاد وجهود كل من المرشد والعميل .

يود المرشد عادة أن يعرف نجاح عملية الارشاد . ويشترك في تقييم عملية الارشاد كل من المرشد وزملائه والعميل والوالدين والرفاق .

**أ- أهداف التقييم :**

١ - الكشف عن مدى فعالية ونجاح العملية في تحقيق أهدافها .

٢ - تقرير مدى فعالية ونجاح العملية في الارشاد .

٣ - افضلية طريقة من طرق الارشاد على الطرق الاخرى .

٤ - دراسة نمو شخصية العميل ومدى التغيير الذي طرأ على حالته ومدى توافقه النفسي وتمتعه بالصحة النفسية .

**ب- معايير التقييم :**

١ - تحقيق أهداف عملية الارشاد مثل :

أ- تحقيق الذات .

ب- حل مشكلة العميل .

جـ- تحقيق التوافق النفسي .

٢- شعور العميل بالراحة والسعادة والرضا والتغيير والنمو الى الافضل في شخصية العميل وميوله واتجاهاته .

**جـ- اهمية التقييم :**

التقييم إجراء هام وضروري وتكمن أهمية تقييم الارشاد فيما يلي :

١- اطمئنان المرشد على نجاح وفعالية طريقة الارشاد المتبعة .

٢- افادة المرشد في تحسين العملية ، إذا كان نجاح العملية متوسطاً .

٣- توجيه المرشد الى تغيير الاسلوب الارشادي في حالة تعثر العملية .

٤- تعريف المرشد بالمدى والشوط الذي قطعه ومقدار ما تبقى .

**د- متغيرات التقييم :**

ويتوقف نجاح العملية الارشادية على متغيرات هي :

١- المرشد وتدريبه وخدمته واخلاقه .

٢- العميل ومدى اقباله واستبصاره وشخصيته .

٣- المشكلة ونوعها وعمقها ومدتها وحدتها .

٤- ظروف الارشاد مثل الزمان والمعلومات .

٥- طريقة الارشاد ومدى كفاءتها وطريقة استخدامها .

**مضمون عملية التقييم :**

ويتضمن التقييم نوعين :

١- تقييم عملية الارشاد نفسها .

٢- تقييم نتائج عملية الارشاد في العميل .

**هـ- طرق ووسائل التقييم :**

فيما يلي أهم طرق ووسائل عملية التقييم :

١- التقييم التجريبي: يحتوي على مجموعتين من الأفراد متجانسين جنساً وسناً وثقافة من حيث المستوى الاجتماعي والاقتصادي. تكون المجموعة الاولى تجريبية وعليها يتم تطبيق العملية الارشادية أما المجموعة الثانية فهي ضابطه ولا يطبق عليها الارشاد وإذا حدث تحسن على المجموعة التجريبية يكون هناك نجاح لعملية الارشاد.

٢- التقييم العام: وهنا يقوم المرشد باجراء اختبار قبلي وبعد الارشاد يجري اختبار بعدي ويعرف المرشد النتائج إذا كان هناك تقدم في حالة المريض أم لا.

٣- من وسائل التقييم العامة التقارير الذاتية ويكتبها العميل نفسه.

٤- مقاييس التقدير: مثل جيد جداً - جيد - رديء - رديء جداً.

٥- قوائم المراجعة Checklists وفيها يجيب العميل قرب كل جملة (نعم) تحقق الهدف أو (لا)

**الانهاء:**

عندما تتوالى الجلسات الارشادية، ويتم التداعي الحر والتفسير والتنفيس الانفعالي والاستبصار والتعلم وتعديل وتغيير السلوك والنمو وتغير الشخصية واتخاذ القرارات وحل المشكلات والتشاور، وعندما يدل تقييم عملية الارشاد على نجاحها تنتهي العملية.

ان زمن عملية الارشاد غير محدد، فقد تنتهي العملية في جلسة واحدة وقد تستغرق اسبوعاً وقد تستغرق شهراً وقد تمتد الى سنة أو أكثر وبعدها يمضي العميل في طريقه. ويتوقف الزمن الذي تستغرقه عملية الارشاد على عدة متغيرات منها:

١- نوع المشكلة.

٢- حدتها.

٣- شخصية وتجاوب العميل .

٤- المرشد .

٥- طريقة الارشاد .

إن إنهاء عملية الارشاد يتحدد بتحقيق اهدافها وشعور العميل بقدرته على :

١ - الاستقلال .

٢- الثقة بالنفس .

٣- القدرة على حل مشكلاته مستقبلاً .

٤- شعوره العام بالتوافق والصحة النفسية

**عوامل نجاح انهاء عملية الارشاد :**

١ - تحتاج إنهاء عملية الارشاد الى مهارات خاصة هي : إنهاؤها بلطف وبأسلوب مرن .

٢- مراعاة مشاعر العميل .

٣- عدم إقامة علاقة اجتماعية مع العميل .

٤- اخبار العميل بأن باب المرشد سيبقى مفتوحاً .

**٣- المتابعة :**

يقصد بها تتبع مدى تقدم وتحسن حالة العميل الذي تم ارشاده ، وموضوعها ماذا بعد عملية الارشاد. فالمتابعة هي جزء من عملية الارشاد وتهدف الى التأكد من استمرار تقدم الحال ونجاحها ومدى استفادة العميل من الخبرات الارشادية .

**أهداف المتابعة :**

١ - قد تحتاج بعض الخطط المتفق عليها لتعديل السلوك .

٢- يحتاج المريض الى مزيد من المساعدة والتشجيع بين الحين والحين .

٣- الاحتراس ضد الانتكاس ، فربما يود العميل الى ما كان عليه أو ربما الى الأسوأ .

٤- الاستفادة من المتابعة في تقييم عملية الارشاد نفسها .

**وسائل المتابعة :**

١- الاتصال شخصياً أو تلفونياً أو بالمراسلة .

٢- تحديد مواعيد معينة لحضور العميل .

٣- قد يمتد الاتصال للمتابعة الى الاسرة أو المدرسة أو العمل .

**فوائد المتابعة :**

١- إنها تشعر العميل أن المرشد ما زال يهتم به وأنه لم يتخل عنه وأن بابه سيظل مفتوحاً وصدره سيبقى رحباً وأنه دائماً على استعداد لتقديم المساعدة عندها سيشعر العميل بالاطمئنان للمرشد .

٢- بعض العملاء وهم قلة ينظرون الى المتابعة على أنها نوع من المضاردة غير المرغوبة تخرج عن حدود عملية الارشاد، لذلك يجب تأكيد أهمية المتابعة على أنها ضرورية وذلك في بداية العمل الارشادي .



الارشاد الفردي



# الوحدة السابعة

# طرق الارشاد النفسي

١- الارشاد الفردي

٢- الارشاد الجماعي

٣- الارشاد المباشر وغير المباشر

٤- الارشاد الديني

٥- الارشاد السلوكي

٦- الارشاد باللعب



# الوحدة السابعة

# طرق الإرشاد النفسي

تتعدد النظريات والمحاولات وطرق الارشاد فمثلاً ترتبط نظرية الذات بنظرية الارشاد غير المباشر، وترتبط بالنظرية السلوكية طريقة الارشاد المباشر (الارشاد السلوكي)، وتتعدد طرق الارشاد كذلك حسب ارتباطها بنظريات اخرى من نظريات الشخصية فمثلاً ترتبط طريقة الارشاد باللعب بنظريات اللعب. وتتعدد طرق الارشاد ونجد بعض المرشدين يوفق بين طريقتين مثل الارشاد المباشر والارشاد غير المباشر وبين الارشاد الفردي والارشاد الجماعي. وهناك الارشاد الديني والارشاد الخياري.

**أهمية دراسة طرق الارشاد المتعددة:**

على المرشد الإلمام بجميع طرق الارشاد ويقوم العلماء بابتكار طرق جديدة لا تزال تحت الدراسة. وسوف نركز على عدد منها مثل:

**١- الارشاد الفردي:**

هو ارشاد عميل واحد وجهاً لوجه في كل مرة. وتعتمد فعاليته أساساً على العلاقة الارشادية المهنية بين المرشد والعميل أي أن العلاقة مخططة بين الطرفين. ويعتبر الارشاد الفردي أهم مسؤولية مباشرة في برنامج التوجيه والارشاد. ومن الوظائف الرئيسية للارشاد الفردي ما يلي:

١- تبادل المعلومات.

٢- إثارة الدافعية لدى العميل.

٣- تفسير المشكلات.

٤- وضع خطط العمل المناسبة.

## حالات استخدام الارشاد الفردي:

يستخدم الارشاد الفردي مع ما يلي:

أ- الحالات ذات المشكلات التي يغلب عليها الطابع الفردي والخاصة جداً. كما في حالات وجود محتويات ذات طبيعة خاصة في مفهوم الذات، وحالات المشكلات والانحرافات الجنسية.. الخ.

ب- الحالات التي لا يمكن تناولها بفعالية عن طريق الارشاد الجماعي.

## اجراءات الارشاد الفردي:

هو تطبيق عملي لكل اجراءات العملية الارشادية والتي يجب أن تكون مفهومة لدى العميل، ابتداءً من المقابلة الأولى حتى نهاية عملية الارشاد النفسي وهي:

### ١- جمع المعلومات مثل:

أ- المقالة.

ب- الملاحظة.

جـ- دراسة الحالة

د- مؤتمر الحالة.

هـ- الاختبارات.

و- السيرة الشخصية.

**٢- عملية الارشاد النفسي :**

أ- تحديد الأهداف .

ب- تحديد العملية .

جـ- جمع المعلومات

د- التشخيص .

هـ- تحديد المشكلة .

و- تحديد المال .

ز- الجلسات الارشادية .

ح- التداعي الحر .

ط- التفسير

ي- الاستبصار .

ك- التعلم .

ل- تعديل السلوك

م- نمو الشخصية .

ن- اتخاذ القرارات .

س- حل المشكلة

أخيراً : التشاور والتقييم والانهاء والمتابعة .



يعقوب مورينو



العلاج الاجتماعي

**الارشاد الجماعي:**

إن العميل الذي يأتي للارشاد النفسي لا يأتي من فراغ إنه يأتي من جماعات ويعود إلى جماعات ومعظم خبرات ومشاكل العميل تحدث في مواقف اجتماعية. ومهما كانت أهمية الفروق الفردية ، فإن دراسة علم النفس الاجتماعي وسيكولوجية الفرد والجماعة تعلمنا أن كل فرد يشترك سلوكياً مع غيره في كثير من خصائص السلوك وأنماطه. فهو فريد في بعض انماط سلوكه ومثل غيره في بعض انماط السلوك الاخرى.

والارشاد الجماعي هو ارشاد عدد من العملاء الذين يحسن أن تتشابه مشكلاتهم واضطراباتهم معاً في جماعات صغيرة.

ويعتبر الارشاد الجماعي عملية تربوية إذ أنه يقوم اساساً على موقف تربوي.

## الأسس النفسية الاجتماعية للارشاد الجماعي :

يقوم على أسس نفسية وهي :

أ- الإنسان كائن اجتماعي لديه حاجات نفسية اجتماعية لا بد من اشباعها في إطار اجتماعي مثل الحاجة الى الأمن ، والنجاح ، والاعتراف ، والتقدير ، والمكانة ، والشعور بالانتماء ، والاحساس بالمسؤولية ، والحب والمحبة ، وا لمسايرة ، وتجنب اللوم .

ب- تتحكم المعايير الاجتماعية التي تحدد الادوار الاجتماعية .

جـ- تعتمد الحياة في العصر الحاضر على العميل في جماعات ، وتتطلب ممارسة أساليب التفاعل الاجتماعي السوي واكتساب مهارات التعامل مع الجماعة .

د- يعتبر تحقيق التوافق الاجتماعي هدفاً من أهداف الارشاد النفسي .

و- تعتبر العزلة الاجتماعية سبباً من أسباب المشكلات والاضطرابات النفسية .

## الجماعة الإرشادية :

والجماعة الارشادية تضم عدداً من العملاء . وهي تكون إما جماعة طبيعية قائمة فعلاً مثل جماعة طلاب أو فصل ، أو جماعة مصطنعة يكونها المرشد بهدف الارشاد . وتتم عملية الارشاد مع الجماعة كوحدة . ومن ثم فلا بد أن يعرف جميع أفراد المجموعة الاهداف وأسلوب العمل الجماعي ومسؤولياتهم .

ويجب أن يعتني المرشد عناية خاصة بتكوين الجماعة الارشادية وتنمية العلاقات والتفاعل الاجتماعي بين اعضائها ، وإنهاء التفاعل الاجتماعي عند انتهاء عملية الارشاد الجماعي .

## القوى الإرشادية في الجماعة :

للجماعة قوى إرشادية هائلة يجب استغلالها وتعريف أعضاء الجماعة

الإرشادية بهذه القوى حتى يمكن الاستفادة منها . وهذا القوى تعطي فائدة للجماعة الارشادية وفيما يلي أهم القوى الارشادية للجماعة .

أ- التفاعل الاجتماعي : أي الأخذ والعطاء والتأثير المتبادل بين اعضاء الجماعة الارشادية فهو يجعل الاعضاء يندمجون في النشاط الاجتماعي ويصبح هناك تأثير ارشادي ملحوظ بين الجميع فلا يعتمد الارشاد على المرشد بل يصبح العملاء انفسهم من مصادر الارشاد .

ب ـ الخبرة الاجتماعية : تتيح الجماعة فرصة لتكوين علاقات اجتماعية جديدة، واكتساب خبرات ومهارات اجتماعية تفيد في تحقيق التوافق الاجتماعي .

جـ- الامن : يؤدي انتماء العميل الى جماعة ارشادية الى الشعور بالتقبل والاقناع بأنه ليس وحده الشاذ والذي يوجد عنده مشاكل نفسية وسيتحدث عن مشكلة كما يتحدث غيره لأن مشكلته مشتركة مثل غيره . فيزداد أمله بالتحسن وسيجد في أعضاء الجماعة سنداً انفعالياً .

**حالات استخدام الارشاد الجماعي :**

يستخدم في مراكز الارشاد النفسي في الحالات التالية :

أ- ارشاد الاطفال والشباب والراشدين والشيوخ .

ب- الارشاد الأسري

جـ- الارشاد الزواجي

د- الارشاد المهني .

هـ- المشكلات المشتركة والمتشابهة

و- حالات التحويل .

ز- حالات التمركز حول الذات والانطواء والخجل .

هذا ويجب أن تضم الجماعة الارشادية الافراد الذين لديهم مشكلات متطرفة أو المرضى النفسيين أو الجانحين .

**الاعداد للارشاد الجماعي :**

المرشد هو المسؤول ويقوم بما يلي :

أ- الضبط .

ب- التفسير .

جـ- الشرح .

د- التفاعل الإجتماعي

هـ- التشجيع .

و- التعليق .

ز- تحويل المناقشة الى المشكلة المطروحة

**اعداد اعضاء الجماعة :**

أ- عدد الأعضاء من ٣-١٥ من ٢-٨ .

ب- يجب أن تتشابه المشكلات .

جـ- أن يكون الاعضاء متجانسين عقلياً وإجتماعياً (د) يفضل أن تضم المجموعة الجنسين .

يقوم المرشد باجراء مقابلة شخصية فردية مع كل عميل تخصص لعملية الفحص والتشخيص واعداده قبل انضمامه للجماعة وتهيئته للارشاد وبعدها يقوم

المرشد بتعريف اعضاء المجموعة بعضهم ببعض ويطلب منهم المحافظة على السرية التامة وإذا رأى المرشد وجود خطر من معرفة الاسماء فلا ضرورة لمعرفة اسم المشترك وعائلته ويكتفى بتسمية (أبي فلان)

**أساليب الارشاد الجماعي:**

أ- التمثيل النفسي المسرحي: (السيكودراما) أو التمثيلية النفسية. وقد ابتكر هذه الطريقة (يعقوب مورينو Moreno) ويرى أن أهم ما في التمثيل المسرحي هو حرية السلوك لدى العملاء عند تمثيلهم لمسرحية نفسية.

يقوم العملاء بتأليف القصة أو التمثيلية مسبقاً وموضوعها يدور حول خبرات العملاء الماضية والحالية والمستقبلية والهدف هو التنفيس الانفعالي. أما الحوار فيترك للعملاء ليقوموا فيه بتلقائية أثناء التمثيل. ويجب أن يختار كل عميل الدور الذي يناسبه وهم يعملون أن ذلك سيؤدي الى الإقلال من القلق والاحباط والصراع في مواقف تشبه مواقف حياتهم وسيحققون ذاتهم في موقف اجتماعي. وبعد التمثيل يقوم العملاء بمناقشة احداث التمثيلية والفائدة تكمن في أنها تكشف عن نواحٍ هامة في مشكلات العملاء وطرق حلها.

ب- التمثيل الإجتماعي المسرحي (السوسيودراما) لعب الدور Role Play-ing: يعالج هذا النوع مشكلة عامة لعدد من العملاء أو المشكلات الاجتماعية بصفة عامة ويعتبر توأماً للتمثيل النفسي المسرحي.

جـ المحاضرات والمناقشات الجماعية، وهي اسلوب من أساليب الارشاد الجماعي التصليحي حيث يغلب عليه الجو شبه العلمي. ويلعب فيه عنصر التعليم واعادة التعليم دوراً هاماً. حيث يقوم المرشد بالقاء محاضرات سهلة على العملاء يتخللها ويليها مناقشات وتهدف الى تغيير اتجاه العملاء، والموضوعات تكون

عن الاضطرابات النفسية والعلاقات المتبادلة بين العقل والجسم، وتأثير الحالة الانفعالية على الجسم ومشكلات التوافق النفسي والارشاد الديني وتكون هذه المحاضرات للعملاء أفراد المجموعة فقط. فهم الذين يناقشون ما دار في المحاضرة وفائدتها أنها تغير اتجاهات العملاء.

**مزايا الارشاد الجماعي:**

أ- الاقتصاد في النفقات.

ب- يحتاج لعدد أقل من المرشدين.

جـ- مفيد في الحياة اليومية.

د- ينمي العلاقات الاجتماعية.

هـ- يحل المشكلات بفعالية أكبر.

و- يعدل الاتجاهات

ز- يقلل من انطواء العميل.

ح- يشعر العميل بالثقة بالنفس.

ط- يشعر العميل أنه ليس الوحيد الذي يعاني من المشكلات.

ي- يستفيد العملاء من أخطاء غيرهم.

**عيوب الارشاد الجماعي:**

أ- صعوبة العملية الارشادية الجماعية.

ب- عدم التمكن من احداث تغير في شخصية العميل

جـ- شعور العملاء بالحرج أمام غيرهم.

د- احتمال ظهور بعض المضاعفات.

## أوجه الاختلاف بين الارشاد الفردي والجماعي

| الارشاد الفردي | الإرشاد الجماعي |
|---|---|
| ١- الجلسة أقصر وهي ٤٥ دقيقة. | ١- الجلسة أطول وهي ساعة ونصف. |
| ٢- يتركز الاهتمام على الفرد. | ٢- يتركز الاهتمام على كل عضو في الجماعة الارشادية. |
| ٣- يتركز الاهتمام على المشكلات الخاصة. | ٣- يتركز الاهتمام على المشكلات العامة. |
| ٤- أكثر فعالية في حالة المشكلات الخاصة. | ٤- أكثر فعالية في حالة المشكلات العامة والمشتركة. |
| ٥- يبدو اصطناعياً أكثر. | ٥- يبدو طبيعياً أكثر. |
| ٦- يتيح فرصة الخصوصية والعلاقة الارشادية الاقوى بين المرشد والعميل | ٦- يتيح فرصة التفاعل الاجتماعي مع الآخرين ويستغل القوى الارشادية في الجماعة وتأثيرها على الفرد. |
| ٧- ينقص العميل وجود الجو الاجتماعي. | ٧- يتيح وجود الجماعة ممارسة السلوك الاجتماعي المتعلم من خلال عملية الارشاد. |
| ٨- دور المرشد أسهل وأقل تعقيداً. | ٨- دور المرشد أصعب وأكثر تعقيداً. |
| ٩- يأخذ فيه العميل أكثر مما يعطي. | ٩- يأخذ فيه العميل ويعطي في نفس الوقت. |
| ١٠- ينظر الى ما يأخذه من المرشد على أنه مأخوذ من السلطة. | ١٠- يتقبل الحلول الجماعية باعتبارها صادرة منه ومن رفاقه. |

## الارشاد المباشر:

هو الارشاد الموجه والمركز حول المرشد أو المركز حول الحقيقة ويقوم فيه المرشد بدور ايجابي نشط في كشف الصراعات وتفسير السلوك وتوجيه العميل نحو السلوك الموجب المخطط له مسبقاً مما يؤدي الى التأثير المباشر في تغيير الشخصية والسلوك . وفيه يتحمل المرشد مسؤولية أكبر من تلك التي يتحملها العميل. وهو بهذا يعتبر نوعاً من الارشاد المفروض.

ويقوم الارشاد المباشر على أساس افتراضي رئيسي وهو نقص معلومات العميل وعجزه عن حل مشكلاته من ناحية ، وزيادة معلومات المرشد وخبرته في حل المشكلات من ناحية أخرى .

ويهدف الارشاد المباشر الى حل مشكلات العميل التي جاء بها. ويعتقد فيه أنه بحل المشكلات يكتسب العميل بالتدريج القدرة على التوافق وهذا سيزيد من ثقة العميل بنفسه وبالمرشد وبعملية الارشاد.

يستخدم الارشاد المباشر عادة مع العملاء الذين يتميزون بما يلي :

١- السرعة في ايجاد الحل .

٢- نقص المعلومات .

٣- المشكلات الواضحة المحددة .

إن الارشاد المباشر اكثر استخداماً في مجال الارشاد .

## أسلوب الارشاد المباشر :

هو أسلوب علاجي (كلينيكي) ويتميز بما يلي :

١- يرتبط بميدان التربية والتعليم .

٢- يقوم بالتعلم واعادة التعلم والخبرة والنمو .

٣- أسلوب لحل المشكلات .

٤-استخدام الاختبارات والمقاييس .

٥- التركيز على الحقائق الموضوعية .

٦- يقوم المرشد بدور ايجابي .

٧- العميل يأخذ الحلول ويتلقى المعلومات .

٨- يكون العميل سلبياً نسبياً .

**إجراءات الارشاد المباشر :**

هو بسيط لانه محدد المشكلات وخطواته هي :

١- التحليل : أي جمع المعلومات .

٢- تنظيم وتلخيص المعلومات

٣- التنبؤ : أي تحديد مال المشكلة .

٤- الارشاد الفردي .

٥- التقييم .

٦- المتابعة : أي متابعة تطور الحالة .

**نقد الارشاد المباشر :**

من عيوبه أن يقدم المرشد حلولاً جاهزة للعميل إذ أنه لا يصلح للجميع ، كذلك ففيه شيئاً من السلطة للمرشد .

**الارشاد غير المباشر:**

هو الإرشاد غير الموجه أو الارشاد المركز حول العميل أو حول الذات ويستخدم الارشاد غير المباشر بنجاح مع انواع معينة من العملاء وخاصة أولئك الذين يكون ذكاؤهم متوسطاً أو أكثر ويكون لديهم طاقة لفظية ويفيد في الحالات من هذه الأنواع .

١- الارشاد العلاجي .

٢- الارشاد الزواجي .

٣- المشكلات الشخصية للشباب .

٤- حالات يكون فيها مفهوم الذات سالباً .

**خصائص الارشاد غير المباشر :**

١- التمركز حول العميل في حالة نضجه وتكامل شخصيته ورغبته في تقبل الارشاد غير المباشر .

٢- دور المرشد هو الاخلاص في العمل وتقبل العميل وأن لا يتخذ موقف الناصح أو الواعظ .

٣- العلاقة بين المرشد والعميل : تكون في جو حيادي سمح خال من التهديد والرقابة وتركز على السرية المطلقة وفهم سلوك الفرد وعليه تقع المسّؤولية .

**ملامح الارشاد غير المباشر :**

أهم ما يتميز به الارشاد غير المباشر ما يلي :

١- يعتمد على نظرية الذات .

٢- هدفه التوافق النفسي .

٣- الاهتمام بالاطار المرجعي

٤- فهم العميل لسلوكه من وجهة نظره .

٥- العمل ليفهم العميل نفسه .

٦- التغيير في مفهوم الذات .

٧- الجو الإرشادي خال من التهديد .

٨- عدم وجود شروط .

٩- يزداد استبصار العميل .

**مزايا الارشاد غير المباشر :**

تتلخص أهم مزايا الارشاد غير المباشر بما يلي :

١- يزيد الاستبصار وفهم الذات والثقة في النفس .

٢- يتعلم العميل حل المشكلات

٣- يتمشى مع أسس الفلسفة الديمقراطية .

٤- احترام الفرد في تقرير مصيره .

**عيوب الارشاد غير المباشر :**

أهم العيوب ما يلي :

١- يراعي الانسان على حساب العلم .

٢- قد يضيع العميل في متاهات ولا يصل للحل .

٣- يشعر العميل بالضيق لرفضه اعطاؤه النصيحة .

٤- يهمل عملية التشخيص والاختبارات .

أوجه الاختلاف بين الارشاد المباشر والارشاد غير المباشر

| الارشاد المباشر | الارشاد غير المباشر |
| --- | --- |
| ١- ممركز حول المرشد الذي يقوم بتعليم العميل | ١- ممركز حول العميل الذي يستبصر بحل لمشكلته. |
| ٢- يقدم خدماته لمن يحتاجها ولمن لا يحتاجها. | ٢- يقدم خدماته لمن يطلبها ويسعى اليها فقط. |
| ٣- يستغرق وقت أقل. | ٣- يستغرق وقت أطول. |
| ٤- يقدم المرشد ما يراه لازماً من المعلومات للعميل. | ٤- يقدم المرشد المعلومات للعميل حين يطلبها فقط. |
| ٥- يعتمد العميل على المرشد في حل مشكلاته. | ٥- يقوم العميل هو بحل مشكلاته. |
| ٦- يعتقد المرشد أنه أقدر على تقديم المساعدة. | ٦- يعتقد المرشد أن العميل أقدر على مساعدة نفسه. |
| ٧- يركز المرشد على الجوانب العقلية للعميل. | ٧- يركز المرشد على العوامل الانفعالية من شخصية العميل. |
| ٨- يهتم المرشد باجراء الاختبارات والمقاييس. | ٨- يحترم المرشد التقرير الذاتي ولا يهتم بالاختبارات. |
| ٩- يهتم المرشد بعملية التشخيص. | ٩- لا يهتم المرشد بعملية التشخيص لانها غير ضرورية. |
| ١٠- يقوم المرشد بتقييم سلوك العميل ويتدخل في اتخاذ قراراته. | ١٠- يقوم العميل بتقييم سلوكه ويتخذ قراراته دون تدخل أو رقابة من المرشد. |
| ١١- يقع العبء الأكبر في حل المشكلات على عاتق المرشد وعلى مسؤوليته. | ١١- يقع العبء الأكبر في حل المشكلات على عاتق العميل وعلى مسؤوليته. |
| ١٢- يهتم المرشد بالمشكلات التي جاء بها العميل ويعمل على تشخيصها وحلها. | ١٢- يهتم بنمو شخصية العميل كفرد ومساعدته على فهم نفسه وتحديد مشكلاته وحلها. |

**ماذا تقول الدراسات والابحاث عن النوعين من الارشاد؟**

إن الارشاد المباشر أفضل فيما يتعلق بوضع حلول نفسية للعميل (العصاب).

إن الإرشاد غير المباشر أفضل فيما يتعلق بوضع حلول للمشاكل غير النفسية (الإجتماعية).

وهناك أسلوب توفيق بين الارشادين إسمه (الاسلوب غير المجبر) أي على المرشد أن لا يقدم الحلول والنصائح وعليه أن يجمع المعلومات بطريقة موضوعية وأن يهتم بالتقييم.

**الإرشاد الديني:**

إن الدين ركن أساسي للتوجيه والإرشاد النفسي والصحة النفسية بمعناها الكامل تشمل السعادة في الدنيا والآخرة.

والهدف الأسمى للإرشاد مهما كانت طريقته هو تحقيق الصحة النفسية والتوافق النفسي.

ويأتي الارشاد الديني على اختلاف الاديان بانه ارشاد يقوم على أسس ومفاهيم ومبادئ وأساليب دينية وروحية وأخلاقية وضعها الله سبحانه وتعالى.

أما الارشاد الدنيوي فيقصد به بقية طرق الارشاد النفسي التي تقوم على أسس ومفاهيم ومبادئ وأساليب وضعها البشر.

**١- أسس الارشاد الديني:**

أ- الأساس الأول أن الله سبحانه وتعالى خلق الإنسان وهو يعلم:

١ - من خلقه.

٢- يعرف كيف يصير الإنسان سوياً.

٣- يعرف أسباب فساد الإنسان

٤- يعرف طرق وقايته وحاجاته النفسية .

٥- يدبر اشباع دوافعه بالحلال

٦- يعرف طرق علاجه وصلاحه وهدايته .

٧- يعمل على اسعاد المؤمنين .

ب- الأساس الثاني هو محمد (صلى الله عليه وسلم) وأحاديثه النبوية الشريفة الصحيحة

### ١- أسباب الأضطراب النفسي في رأي الدين :

من الأسباب الرئيسية ما يلي :

١ - الذنوب وهي مخالفة القوانين الإلهية .

٢- الضلال عن سبيل الله بالكفر والإلحاد .

٣- الصراع بين الخير والشر والحلال والحرام .

٤- ضعف الضمير والضعف الأخلاقي .

### أسباب أخرى :

الأنانية وإيثار الحياة الدنيا واتباع الغرائز والغيرة والحقد والحسد والشك والارتياب .

### ٢- أعراض الاضطراب النفسي في الدين :

تعتبر أعراض الأضطراب النفسي في رأي الدين استجابة غير سوية للفرد وبسبب ما تعرض له من إهمال ونتيجة لقيامه بسلوك من التحدي السافر لتعاليم الدين ومن الأعراض النفسية للاضطراب النفسي من وجهة نظر الدين ما يلي :

١- الانحرافات السلوكية والجنسية والاجتماعية مثل السرقة والكذب والعدوان . . الخ .

٢- الشعور بالاثم والخطيئة والذنب نتيجة ما ارتكبه الفرد من أعمال .

٣- الخوف المرضي الدائم التكرار والذي لا يمكن ضبطه أو التخلص منه أو السيطرة عليه . والذي يتملك سلوك الإنسان ويحكمه ويصاحبه سلوك عصابي قهري .

٤- القلق وهو خوف غامض غير محدد مصحوب بالتوتر والضيق وتوقع الخطر .

٥- الاكتئاب وهو الشعور بحزن شديد وتشاؤم دون سبب مناسب .

## ٣- الارشاد الديني الوقائي :

يكون عن طريق ما يلي

١- الايمان بالله وملائكته وكتبه ورسله والقدر واليوم الآخر .

٢- حب الله سبحانه وتعالى .

٣- تقوى الله ويتضمن ان يتقين الانسان ما يضره ويضر غيره . وأن يتقي عذاب الله وسخطه في الدنيا والآخرة . وأن يطيع الله وأوامره ويجتنب نواهيه .

٤- خشيته وشكر الله قال تعالى : ﴿وإذ تأذن ربكم لئن شكرتم لأزيدنكم﴾ .

٥- التدين وعبادة الله التي تتضمن الصلاة والصوم والزكاة والحج .

## السلوك الأخلاقي :

إن الدين هو الطريق الى بقاء ودوام القيم الاخلاقية التي تعتبر اطاراً مرجعياً لسلوك الفرد وأسلوب حياته . وبيان ما ينبغي أن يكون عليه التفاعل الاجتماعي السليم، والاخلاق هي الدعامة الأولى لحفظ كيان المجتمع . والأخلاق تكون باتباع

ما يلي :

١- اصلاح النفس .

٢- تزكية النفس .

٣- معارضة هوى النفس .

٤- ضبط النفس .

٥- الصدق .

٦- التواضع .

٧- معاشرة الاخيار .

٨- الكلام الحسن

٨-احترام الغير .

٩- الاصلاح .

١٠- حسن الظن .

١١- التعاون .

١٢ الاعتدال .

١٣- الايثار .

١٥- العفو عند المقدرة .

١٦- العفة .

١٧- الإحسان .

١٨- السلام .

١٩- الضمير الحي .

٢٠- الوازع الديني .

**٥- معالم طريقة الارشاد:**

الارشاد اسلوب توجيه وتربية وتعليم ويقوم على معرفة الفرد لنفسه ولربه ولدينه ولقيمه وأخلاقه.

**٦- هدف الارشاد الديني:**

١- تحرير الشخص المضطرب من مشاعر الاثم والخطيئة.

٢- الايحاء والمشاركة الانفعالية والاطمئنان.

٣- احترام الاديان السماوية الأخرى.

إن الارشاد الديني عملية يشترك فيها المرشد والعميل ويتناولان مواضيع هي:

١- الاعتراف.

٢- التوبة والاستبصار.

٣- التعلم واكتساب الاتجاهات والقيم.

على أن يلجأ العميل إلى الله بالدعاء مبتغياً رحمته مستغفراً إياه ومتوكلاً عليه.

١- الاعتراف: ويعني الاعتراف بالذنب أمام الله ويتبع ذلك التكفير والرجوع عن الاثم.

٢- التوبة: وهي طريق المغفرة التي تحرر الذنوب وهي أمل المخطئ.

٣- الاستبصار: وهو الوصول بالفرد الى فهم أسباب شقائه النفسي ومشكلاته النفسية ودوافعه وعندما يفهم المؤمن نفسه فيستطيع مواجهتها بتقبل المفاهيم الجديدة والمثل العليا ويتضمن هذا نمو الذات التي تحكم السلوك.

٤- التعلم : ويتضمن ذلك التعلم واكتساب المهارات وقيم واتجاهات جديدة ويتقبل ذاته والآخرين وعندها سيتحمل المسؤوليات فتزداد ثقته بنفسه .

٥- الدعاء : هو علاج أكيد للنفس فيشعر الفرد بالطمأنينة والسكينة ويتخلص من الخوف .

٦- ابتغاء رحمة الله : وهذا يدعو إلى التفاؤل والأمل وزوال التشاؤم .

٧- الاستغفار : إن الإنسان غير معصوم عن الخطأ عندها سيستغفر ربه .

٨- ذكر الله : وذكر الله هو غذاء للروح حيث يبث الطمأنينة والهدوء والسعادة في الانسان ويبعد الهم والقلق والافكار الوسواسية والسلوك القهري والشيطان .

٩- الصبر : الصبر مفتاح الفرج وهو يقي الإنسان من الانهيار أمام المصائب .

١٠- التوكل على الله وأن يرضى الفرد بمشيئة الله وهنا يتخلص من القلق والخوف .

**٧- استخدامات الارشاد الديني :**

يستخدم الارشاد الديني في مجالات الارشاد العلاجي والزواجي وارشاد الشباب في الحالات التي لها علاقة بالدين ويفيد الارشاد الديني في علاج حالات القلق ، والوسواس ، والهستيريا وتوهم المرض ، والخوف المرضي ، والاضطرابات الانفعالية ، والإدمان ، والمشكلات الجنسية ويرى البعض أن أفضل استخدام للارشاد الديني هو في تناول المشكلات ذات الطابع الديني . وهو يحقق النفس المطمئنة .

## الارشاد السلوكي:

يستخدم الارشاد السلوكي في مجال الارشاد العلاجي، حيث تعتبر عملية الارشاد عملية اعادة تعلم، ويعتبر الارشاد السلوكي تطبيقاً عملياً لقواعد ومبادئ وقوانين التعلم والنظرية السلوكية، وعلم النفس ا لتجريبي ميدان الارشاد النفسي بصفة عامة وبصفة خاصة في محاولة حل المشكلات السلوكية بأسرع ما يمكن وذلك بضبط وتعديل السلوك المضطرب والمتمثل في الاعراض، لذلك فالارشاد السلوكي يعتبر (ثورة في الارشاد النفسي). ويطلق عليه ارشاد التعلم أو علاج التعلم.

### ١- أسس الارشاد السلوكي:

يقوم الارشاد السلوكي على أسس نظريات التعلم بصفة عامة والتعلم الشرطي بصفة خاصة ويستند الى ما يلي:

أ- بافلوف، ١٩٢٧، يعرف صاحب نظرية الاشراط الكلاسيكي أي التعلم الشرطي الكلاسيكي.

ب- وطسن: ١٩٢٠ في التعلم الشرطي الكلاسيكي.

جـ- ثورنديك: ١٩١١ وهل ١٩٤٣ وسكينر ١٩٣٨ في التعزيز وتقرير نتائج التعلم مع استخدام التعزيز الموجب أو السالب أو الثواب والعقاب.

د- دولارد وميلر ١٩٥٠: قاما بتطبيق النظرية السلوكية عملياً في ميدان الارشاد والعلاج النفسي.

هـ ايزنك ١٩٦٠: يرى أن العلاج النفسي يتضمن اساساً اعادة التعلم والتعليم.

### ١- علاج التعليم أو ارشاد التعلم:

إن الافتراض الاساسي هو أن الفرد يولد وعقله صفحة بيضاء وفي أثناء نموه

يتعلم السلوك سواد كان سوياً أو مرضياً عن طريق التعلم وتثبيت السلوك المتعلم على الصفحة البيضاء كما لو سجل بالطباشير ويسهل إزالته فإذا عزز أصبح ثابتاً ويمكن إزالته ولكن بطريقة وجهد أصعب، هذا ويعتقد أن الاضطرابات السلوكية هي استجابات شرطية متعلمة ويحتفظ بها الفرد لأنها مصدر إنابة (بكاء الطفل) كذلك فالفرد الذي يعاني خوف مرضي من الاجتماعات يهرب من الحفلات وهذا الهروب يعتبر مصدر إثابة لأنه تجنب لما يثير الألم النفسي وهذا يجعل الاستجابة (المرضية) تستمر. يجعل المعالجين السلوكيين يعملون على إزالة مصدر الاثارة الذي ينتج عنه السلوك المضطرب المتعلم، عن طريق الارشاد والعلاج السلوكي.

## ٢- خصائص الارشاد السلوكي:

وتتلخص أهم خصائص الاطار النظري للارشاد فيما يلي:

أ- معظم السلوك سواء كان سوياً أو مضطرباً هو سلوك متعلم أو مكتسب.

ب- يتعلم الفرد السلوك المضطرب نتيجة تعرضه المتكرر للخبرات التي تؤدي إليه.

جـ- تعتبر الاعراض النفسية تجمعاً لعادات سلوكية خاطئة متعلمة.

د- يوجد الفرد ولديه دوافع فسيولوجية أولية وعن طريق التعلم يكتسب دوافع جديدة ثانوية اجتماعية تمثل أهم حاجاته النفسية، وقد يكون تعلمها غير سوي يرتبط بأساليب غير توافقية في اشباعها ومن ثم يحتاج الفرد الى تعلم جديد.

هـ- السلوك المتعلم يمكن تعديله.

## إجراءات الإرشاد السلوكي:

تهدف طريقة الارشاد السلوكي بصفة عامة الى تغيير وتعديل وضبط السلوك مباشرة بما في ذلك محو تعلم مظاهر السلوك المضطرب المطلوب التخلص منه، وتتضمن طريقة الارشاد السلوكي الاجراءات التالية:

أ- تحديد السلوك المضطرب المطلوب محوه ثم تعديله أو تغييره أو ضبطه بحيث يكون السلوك ظاهراً ويمكن ملاحظته موضوعياً. ويتم ذلك في المقابلة الإرشادية وعن طريق استخدام الاختبارات النفسية والتشخيصية والتقارير الذاتية.

ب- تحديد الظروف وا لخبرات والمواقف التي يحدث فيها السلوك المضطرب ويتم ذلك عن طريق الفحص والبحث في كل الظروف والخبرات والمواقف التي يحدث فيها السلوك المضطرب، والظروف التي تسبق حدوثه والنتائج التي تتلوه.

جـ- تحديد العوامل المسؤولة عن استمرار السلوك المضطرب وهذا التحديد يتركز على البحث عن الظروف السابقة والراهنة واللاحقة التي تحدد وتوجه السلوك المضطرب وتؤدي الى استمراره، مثل وجود ارتباط شرطي بسيط، أو تصميم، أو وجود نتائج مثبتة يؤدي اليها استمرار السلوك المضطرب.

د- اختيار الظروف التي يمكن تعديلها أو تغييرها أو ضبطها ويتم ذلك بمعرفة كل من المرشد والعميل.

هـ- إعداد جدول التعديل أو التغيير أو الضبط : ويكون ذلك في شكل تخطيط لخبرات متدرجة يتم فيها إعادة التعلم والتدريب في شكل محاولات يتم خلالها تعريض السلوك المضطرب بنظام وتدرج للظروف المعدلة؛ بحيث يتم انجاز البسيط والقريب قبل المعقد والبعيد. وهنا يلزم ترتيب الامكانات في شكل سهل وممكن ومستحيل.

و- تنفيذ خطة التعديل أو التغيير أو الضبط عملياً : ويتم ذلك حسب الجدول المعد مسبقاً. ويستحث المرشد العميل على أن يحاول التعلم وان يجري بقدر طاقته ويصاحب ذلك تعديل الظروف السابقة للسلوك المضطرب وتعديل الظروف البيئية المصاحبة لحدوثه.

## ٤- أساليب الارشاد السلوكي :

تتعدد أساليب الارشاد السلوكي وإن الاجراءات العامة يجب أن تسبق كل ارشاد ومنها ما يلي :

أ- المقابلة .

ب- اجراء الاختبارات .

جـ- دراسة الشخصية ككل .

د- العلاقة الارشادية .

إن أساليب الارشاد السلوكي متعددة ومتجددة بعضها مباشر وبعضها غير مباشر ويحتاج الى تعديلات خاصة حسب الحالة ، وبعضها يحتاج إلى مجرد اشراف من المرشد، وبعضها معقد يحتاج إلى اهتمام بالغ ومهارة فائقة من جانب المرشد أو المعالج .

وسوف نلاحظ أن أساليب الارشاد السلوكي تبدو وكأنها قواعد بسيطة يمكن أن تطبق بطريقة سهلة على الاضطرابات السلوكية .

وسنعرض بعض الاساليب السلوكية الهامة التي تستعمل في الارشاد والعلاج .

## أساليب وطرق العلاج النفسي

### تمرين الا سترخاء : Relaxation Exersise

لقد قام عالم النفس (د. جوزيف ولبي) بوضع تمرين الاسترخاء وقد أجرى عليه تجارب لمدة ٢٠ سنة حتى نجح ، وفلسفة هذا التمرين تقوم على أنه لا يمكن أن يجتمع القلق والتوتر مع الراحة ، وإن الراحة العضلية هي أساس للراحة النفسية

لذلك فالمبدأ هنا أن تتغلب الراحة على القلق والتوتر. فإذا ما ارتاحت العضلات فالعقل سيرتاح وبالتالي فإن الإنسان سيشفى من الامراض العصابية.

**الاجراءات:**

بعد جمع المعلومات الكافية عن المريض وتحديد وتشخيص المرض النفسي نطلب من المريض أن يجلس على كرسي الاسترخاء والتقيد بالتعليمات التالية:

١- أن يغمض عينيه وأن عليه أن لا يفكر بأي شيء إلا بما سيقوله المعالج.

٢- يُطلب منه أن يرفع يده اليمنى بشدة إلى أعلى وبسرعة.

٣- يطلب منه أن ينزل يده اليمنى وببطء شديد على ركبته بشكل مريح.

٤- نقول له: الآن ارتاحت عضلات يدك اليمنى وقد عرفت الفرق بين الشدة والراحة. وبعدها نكرر الطلب الأول في رفع اليد وانزالها.

٥- نقول له لقد ارتاحت يدك اليمنى ونكرر عبارتين على الشكل التالي: راحة/ راحة/ راحة، استرخاء/ استرخاء/ استرخاء.

٦- تطبيق ما سبق مع الشد والراحة والتكرار لليد اليسرى والفم والعينين والحاجبين والجبين والرأس ثم عضلات البطن والرئتين.

وفي خلال التمرين يقوم المرشد بالايحاء النفسي للمريض بأنه سعيد ومرتاح وأن عليه المحافظة على هذه الراحة وهذه السعادة.

يشفى بواسطة هذا التمرين اذا طبقه المعالج في العيادة النفسية وبمكان هادئ وبدقة يشفى ٨٧٪ من المرضى العصابيين وعادةً يشفى بواسطة هذا التمرين إذا سجل على كاسيت واستعمله المريض في البيت ثلاث مرات يومياً ونستطيع أن نسجله مع الموسيقى.

## تقليل الحساسية التدريجي :

إنه نظام يعمل تدريجياً على تقليل القلق لمثير ما ويطبق بعد تمرين الاسترخاء ويقوم على ما يلي :

١- بناء هرم المخاوف مع المريض بعد الاستماع لمشكلته . وتتدرج المواقف من الاقل إثارة في الاسفل إلى المواقف الاكثر إثارة .

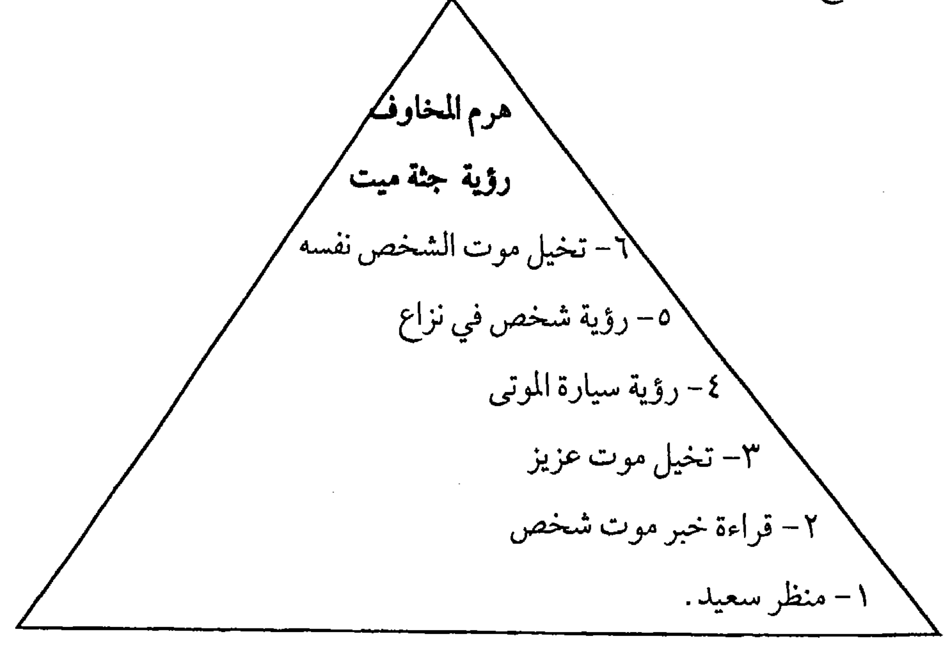
وهنا نعرض مثال لقلق الموت إذ ان كل مريض يختار مشكلته .

٢- اخبار المريض بما سيتوقعه بعد علاجه وتهدئته من القلق .

٣- يطلب من المريض ان يتخيل كل مستوى من المستويات الاقل إثارة الى الأكثر إثارة وأن يرفع إصبعه إذا شعر بتوتر .

٤- إذا لم يرفع اصبعه يستمر المعالج في تطبيق التمرين .

٥- إذا رفع إصبعه يتوقف التمرين للمرة القادمة حتى يشفى .



**الكف المتبادل :**

ويقصد به كف كل من نمطين سلوكيين غير متوافقين واحلال سلوك متوافق بدلاً منهما ، مثال على ذلك ابدال سلوك الطفل الذي يمص اصبعه بالرسم . . الخ .

**الاشراط التجنبي :**

يعرض على المريض المدمن على شرب الخمر أثناء الشرب شريط مسجل عليه عبارات مكررة (الخمر يجعلك تتقيء) ويليه اصوات ضحك وتقيؤ .

**الممارسة السالبة أو العلاج بالاضافة :**

يطلب المعالج من المريض أن يمارس السلوك غير المرغوب به (تقطيع الشعر) بتكرار فتؤدي هذه الممارسة الى نتائج سالبة مثل (التعب والملل) حتى يصل العميل الى التشبع فيترك الشعر .

**التعزيز الموجب (الثواب) :**

ويعني اثابة السلوك المطلوب مما يعزز العميل ويدعم سلوكه ويثبته ويؤدي الى نزعة وتكرار نفس السلوك المطلوب ويضم التعزيز المعنوي والمادي حسب ما يرضى العميل وينجح هذا الاسلوب في حالات السلوك المضاد للمجتمع وفي تطبيق التعلم .

**التعزيز السالب :**

وهو العمل على ظهور السلوك المطلوب وذلك بتعريضه لمثير غير سار أثناء السلوك غير المرغوب فيه ، ثم ازالة المثير غير السار مباشرة بعد ظهور الاستجابة المطلوبة . وقد استخدم هذا الاسلوب في حالات قضم الأظافر عندما يمارسها الطفل فهو يرغب في مشاهدة التلفزيون والرسوم المتحركة وفي أثناء المشاهدة ووضع الطفل

لاظفره يوقف عرض الفيلم وهذا طبعاً مثير غير سار، وعندما يخرج الطفل إصبعه من فمه (أي يوقف قضم اظفره) يعود عرض الفيلم. إذن فالتعزيز السالب هو حرمانه من مشاهدة الفيلم والتعزيز الموجب هو إعادة عرض الفيلم.

**الثواب والعقاب:**

من المفضل عدم استعمال العقاب لانه يكف السلوك غير التوافقي مؤقتاً، وقد يؤدي الى معاودة ظهوره مرة اخرى. والافضل دائماً لتعليم السلوك التوافقي هو استخدام التعزيز.

**اسلوب الاطفاء أو التجاهل:**

يجب تجاهل السلوك غير المرغوب به فيختفي رأساً. مثال (فتاة شابة مخطوبة كانت تعاني من التهاب جلدي عصبي (نفسي جسمي) كان يحقق لها فائدة طلب المعالج من أهل المريضة، وخطيبها تجاهل شكواها من المرض تجاهلاً تاماً وأن لا يهتموا ابداً بمرضها وبعد فترة شفيت الفتاة.

**الاطفاء أو التجاهل والتعزيز:**

قليلاً ما يستخدم التجاهل وحده ولكن يجب أن يصاحبه اسلوب التعزيز، إذ يستعملان معاً في محو السلوك غير المرغوب فيه وتعليم السلوك المرغوب به.

وقد نجح اسلوب الاطفاء والتجاهل في علاج المشكلات السلوكية.

**مثال:**

طالب مشاغب في الصف يزيد لفت نظر زملائه وذلك عن طريق التصفير والحركة. قامت المعلمة بتجاهل السلوك غير السوي وفي نفس الوقت تقوم بتعزيز اجابته الصحيحة وسلوكه السوي. عندها يصبح الطالب سوياً.

## نقد الارشاد السلوكي:

يتلخص النقد لمزايا الارشاد النفسي وعيوبه:

مزايا الارشاد النفسي:

أ- يقوم على أساس دراسات وبحوث تجريبية معملية قائمة على نظريات التعلم.

ب- يمكن تقييم نجاح السلوك بصدق بواسطة الاختبارات والمقاييس.

جـ- تتعدد الاساليب لتناسب عدد كبير من المشكلات والاضطرابات المتنوعة.

د- يركز على المشكلة وهو عملي ويستعين بالاجهزة العلمية.

هـ- تكون نسبة الشفاء والتحسن باستخدامه عالية قد تصل الى ٩٠٪ مقابل ٥٠-٧٥٪ من غيرها.

و- أهدافه واضحة ومحددة.

ز- يوفر الوقت والجهد والمال لانه يستغرق وقتاً قصيراً نسبياً لتحقيق أهدافه.

ح- يمكن أن يتعاون فيه كل من الوالدين والازواج والمعلمين والممرضات بعد التدريب اللازم.

## عيوب الارشاد السلوكي:

أ- السلوك البشري معقد لدرجة يصعب معها في كثير من الأحيان عزل وتحديد أنماط بسيطة من العلاقات من المثير والاستجابة، حتى يسهل تعديلها واحداً واحداً وعن طريق استخدام اجهزة، ومحاولة جعل الإنسان آلة.

ب- الاضطرابات السلوكية يصعب تفسيرها جميعاً في شكل نموذج سلوكي مبني على أساس اشتراط.

جـ- احياناً يكون الشفاء وقتياً وعابراً.

د- يهتم بالسلوك المضطرب فقط ويركز على التخلص من الاعراض الظاهرة دون المصدر الحقيقي العميق للاضطرابات، ومنفصلة عن الاضطراب الكبير الذي هو علامة من علاماته ودون تناول الشخصية ككل وهذا يؤدي الى ظهور اعراض اخرى.

فالاضطراب السلوكي ما هو الا دليل خارجي لاضطراب داخلي عميق يكمن وراء هذا السلوك الظاهر الذي يمثل قمة جبل الثلج الظاهر فقط.

هـ- يشبه البعض عملية العلاج السطحي لعرض واحد دون الاضطراب كله بدهان البقع الحمراء في الجسم، واعتبار ذلك علاجاً للحصبة مثلاً.

**ملاحظة:**

ان المعالج او المرشد الناجح هو الذي يستفيد من جميع الاساليب العشر السابقة ويستطيع الاستفادة من كل اسلوب وحده أو جمع اسلوبين أو أكثر، المهم ان ينتقي المعالج من العلاجات والاساليب ما يناسب مريضه.

## الإرشاد باللعب:

الارشاد باللعب طريقة شائعة الاستخدام في مجال ارشاد الاطفال على أساس أنه يستند الى أسس نفسية، وله أساليب تتفق مع مرحلة النمو التي يمر بها الطفل وتناسبها، وانه يفيد في تعليم الطفل وفي تشخيص مشكلاته وفي علاج اضطرابه السلوكي.

ويفترض في الارشاد باللعب ان الطفل يقوم وهو يلعب بعملية «لعب الدور» يعبر فيها عن مشاعره ومشكلاته لانه ليس كالكبار الذين يمكنهم عمل ذلك بالكلام والتعبير.

### أسس الإرشاد باللعب:

يقوم على أسس نفسية لها أصولها في ميادين علم النفس العام وعلم نفس النمو وعلم النفس العلاجي

**تعريف اللعب:**

هو أي سلوك يقوم به الفرد بدون غاية عملية مسبقة.

**وظائف اللعب للطفل:**

١- للطفل طاقة زائدة فاللعب يستند الى أساس غريزي وهو ضروري لتدريب وتهذيب الغرائز والدوافع مثل المقاتلة والعدوان.

٢- بواسطة اللعب يقوم الطفل بتفريغ انفعالاته.

٣- اللعب هو تسلية للطفل.

٤- اللعب هو بمثابة عمل للطفل.

٥- هناك اختلاف في انواع الالعاب بين الذكور والإناث.

٦- كلما تطور نمو الطفل تختلف انواع اللعب، فهو يلعب وهو صغير وحده ثم يلعب بعدئذ مع اصدقائه وذلك يفيده بانه سيصبح اجتماعياً.

٧- اللعب هو علاج نفسي اجتماعي للطفل وهو نشاط دفاعي وتعويضي.

**حجرة اللعب:**

تكون في العيادة أو مركز الارشاد وتضم لعباً معينة متنوعة الشكل والحجم والموضوع. وتمثل الاشخاص والاشياء الهامة في حياة الاطفال والتي توجد في مجالهم السلوكي وتعتبر مثيرات مدروسة لسلوك الطفل ويجب أن تكون غير قابلة للكسر وأن لا تكون غالية الثمن. ومنها:

أ- الدمى والتماثيل.

ب- الحيوانات والطيور.

جـ- قطع تمثيل مواد البناء.

د- قطع الاثاث المنزلي .

هـ- قطع الادوات المنزلية .

و- لعب تمثل الاسلحة المختلفة

ز- احواض الرمل والماء والطين والصلصال والاقلام والالوان وورق الرسم وبعض الاقنعة والارجوحة والاراجوز وبعض الادوات الموسيقية .

**استخدام اللعب في التشخيص:**

يمكن دراسة الطفل عن طريق ملاحظته اثناء اللعب بهدف تشخيص حالته ومشكلاته :

١ - ملاحظة الطفل داخل غرفة اللعب وخارجها وفي البيت وبين اسرته

ويلاحظ أن الطفل المضطرب نفسياً يسلك في لعبه سلوكاً يختلف عن سلوك الطفل العادي الصحيح نفسياً ، فالطفل المضطرب نفسياً يعبر عن مشكلاته وصراعاته وحاجاته غير المشبعة وانفعالاته المشحونة أثناء لعبه فهو يسخط على الدمى واللعب ، وهذا يسهل تشخيصه .

أثناء اللعب الجماعي والتفاعل الاجتماعي مع الرفاق ويمكن معرفة الكثير عن المشكلات وأسبابها وخاصة في العلاقات الاجتماعية والأسرية ويستفيد المرشد من لعب الأطفال ما يلي :

أ- سن رفاق اللعب .

ب- مدى الاستمتاع باللعب .

جـ- الحالة الانفعالية

د- تحديد الشخصيات في اللعب .

هـ- ظهور الابتكار .

د- درجة السواد والاضطراب .

٣- اختبارات اللعب الاسقاطية : يعبر بواسطتها الطفل عن انفعالاته ورغباته الشعورية واللاشعورية .

## استخدام اللعب في الارشاد :

يلجأ المرشد الى اللعب كطريقة هامة لبضط وتوجيه وتصحيح سلوك الطفل ويتسخدم اللعب للاغراض التالية :

أ- اشباع حاجات الطفل للعب .

ب- حاجته الى التملك

جـ- حاجته الى السيطرة .

د- حاجته الى الاستقلال والتعبير .

هـ- التعبير والتنفيس الانفعالي .

و- يجد حلاً لصراعاته ومشكلاته .

٤- ويستخدم اللعب لتحقيق اغراض وقائية خصوصاً عند تعرضه لخبرة ميلاد .

٥- يحتاج المرشد الى تدريب خاص فهو بحاجة الى فهم وصبر وحساسية ومرح واحساس بالوالدين ، وقد يشرك المرشد الوالدين وبعض افراد الاسرة او اعضاء اسرة هيئة التدريس في المدرسة أو رفاق الطفل في جلسات الارشاد باللعب ، فعليه تقع أهمية تحويل الطفل ايجابياً أو سلبياً .

## أساليب الارشاد باللعب :

يكون المرشد العلاقة الارشادية مع الطفل ويهيء مناخاً نفسياً ملائماً يسوده

التقبل ويتبع المرشد أحد الأساليب التالية:

١ ـ اللعب الحر وهو لعب غير محدد وتترك فيه الحرية للطفل لاختيار اللعب وتركه يلعب بما يشاء وبالطريقة التي يراها مناسبة دون تهديد أو لوم أو استنكار أو رقابة او عقاب، وقد يشارك المرشد في اللعب وقد لا يشارك حسب رغبة الطفل وقد يشترك المرشد معه تدريجياً ليقدم مساعدات أو تفسيرات لدوافع الطفل ومشاعره بما يتناسب مع عمره وحالته.

٢- اللعب المحدد: وفيه يحدد المرشد مسرح اللعب والادوات مما يتناسب مع عمر الطفل وخبرته ويصمم اللعب بما يناسب شكل الطفل فإذا كان الطفل ريفياً تعد الادوات التي تمثل المنزل الريفي والبيئة الريفية من حيوانات وأشجار، ثم تترك للطفل الحرية ليلعب في جو يسوده العطف والتقبل حتى يدركه الطفل نفسه ويعرف إمكاناته ويحقق ذاته ويفكر لنفسه ويتخذ قراراته بنفسه.

٣- اللعب بطريقة الارشاد السلوكي: وهناك بعض الحالات التي يستخدم فيها الارشاد السلوكي فمثلاً في حالات الخوف من حيوانات معينة يمكن تحصين الطفل تدريجياً بتعويده على اللعب مع هذه الحيوانات على أن تكون دمى في بادئ الأمر في مواقف آمنة سارة متدرجة ومتكررة مع تعزيزه بالحلوى مثلاً حتى يألفها فتزيل خوفه، ويمكن أن يلي ذلك في اللعب مع حيوانات حقيقية وكذلك اصطحابه الى زيارات لحدائق الحيوانات.

**أهمية اللعب للأطفال:**

١- من خلال اللعب يكتشف الطفل المواد فهو يبني ويهدم ويكتشف

٢- ويعرف طرق الاختلاط بالاطفال الآخرين ويلاحظ سلوكاتهم فيقل انانية.

٣- يكّون الصداقات فيقل تمركزه حول ذاته ويعرف ماله وما عليه.

٤- يلاحظ تصرفات الاطفال الآخرين وردود فعلهم.

٥- يكتشف العلاقات التي تنتج عن كونه ذكر أم أنثى / قائد أو تابع/ الأكبر أو الأصغر/ الأضعف أو الأقوى من بقية الاطفال.

٦- عن طريق اللعب يتعلم الطفل كيفية استعمال اللغة وتعلم الالفاظ.

٧- اللعب يمكّن الطفل من تطوير المهارات التي يحتاجها لتدعمه وتساعده لمعالجة مشاكله.

٨- يتعلم التقليد وتطوير اللعب إلى أنواع أخرى من التجارب.

٩- إن اللعب هو الوسيلة التي يتعلم بواسطتها الطفل ولا يمكن لأحد ان يعصم الطفل ما يتعلمه هو بنفسه من اللعب حتى الطريقة التي يكتشف بها نفسه في العالم الحقيقي. ويستطيع اللعب بواسطة الرسم والموسيقى.

١٠- يتعلم الطفل مفاهيم اليوم/ الغد/ الوقت والناس.

١١- تزداد ثقة الطفل بنفسه حين يتعلم من اللعب في الرمل والصلصال، وهناك العاب يبتكرها الاطفال مثل لعب (بيت وسبت) يمثل فيها الاطفال دور الاب والام والابناء، كذلك لعبة المدرسة ويقوم الاطفال ايضاً بدور المعلم والبقية التلاميذ.

أما الطفلة المعذبة من أمها والتي تبلغ ٤ سنوات تمضي وقتها توبخ لعبتها لسلوكها وتعاقبها بوضعها في فراشها. ولكي تمارس هذه الطفلة نشاطها كانت توقظ لعبتها وتعيد تلبيسها عدة مرات.

أما الطفلة (س) وعمرها ٧ سنوات فقد كانت هي الأم وكان بقية الاطفال

يأكلون وهم بانتظار الاب وعندما حضر الاب طلبت الام من الاطفال ان يرتبوا المكان ويخفوا الصحون .

ولا ضرورة لان تكون الالعاب باهظة الثمن وبكلفة ، فيستطيع الطفل ان يلعب بادوات المطبخ والملاقط والخشب وغير ذلك .

**فوائد الارشاد باللعب :**

١- هو أنسب الطرق لارشاد الاطفال .

٢- يستفاد منه تعليمياً وتشخيصياً وعلاجياً في نفس الوقت .

٣- يتيح خبرات نمو بالنسبة للطفل في مواقف مناسبة لمرحلة نموه .

٤- يساعد الطفل على الاستبصار بطريقة تناسب عمره .

٥- يتيح فرصة للتطور الاجتماعي . والحياة الإجتماعية .

٦- يعتبر مجالاً سمحاً يتيح فرصة التنفيس الانفعالي لازالة توتر الطفل الانفعالي .



# الوحدة الثامنة

# مجالات الارشاد النفسي

١- الارشاد التربوي

٢- الارشاد المهني

٣- الارشاد الاسري

٤- ارشاد الاطفال



# الوحدة الثامنة

# مجالات الإرشاد النفسي

## الارشاد التربوي :

تحظى المؤسسات التربوية بالنصيب الاوفر من خدمات الارشاد النفسي، لانها هي المؤسسات التي يوكلها المجتمع لتربية المواطنين الصالحين الاصحاء جسمياً ونفسياً. ويعتبر الارشاد التربوي اكثر الطرق فائدة وعملية بالنسبة للمربين.

والارشاد من خلال العملية التربوية هو تقديم الخدمات الارشادية مندمجة في ومن خلال العملية التربوية ككل في اطار برنامج محدد بحيث تتفق اهداف العملية الارشادية مع اهداف العملية التربوية ككل.

### ١- أسس الارشاد خلال العملية التربوية :

أ- أن التربية عملية حياة يتعلم فيها الفرد عن طريق ارشاد وتوجيه المربي.

ب- ان التربية عملية هامة توجه لتحقيق التوافق النفسي وهذا يتأتى عن طريق الارشاد.

جـ- ان التربية عملية تهتم باعداد الانسان الصالح القادر على مواجهة وحل المشكلات عن طريق الارشاد.

د- لا توجد مدرسة الا وفيها مشكلات وهي تحتاج الى عملية الارشاد والعلاج.

**٢- أساليب الارشاد خلال العملية التربوية :**

أ- الارشاد خلال المناهج إذ تهتم المناهج بحاجات التلاميذ والمجتمع والنمو العادي.

ب- يهتم المنهج المحوري بحاجات ومشكلات التلاميذ لذلك يجمع بين التربية والارشاد .

جـ- هناك وحدات دراسية تدور حول حاجات التلاميذ النفسية والاجتماعية مندمجة مع برامج الدراسة العادية ومن أمثلتها (الصحة)، (دراسة الاسرة). . الخ .

د- هناك الكثير من المواد الدراسية التي ترتبط ارتباطاً مباشراً بمجالات الارشاد مثل العلوم الانسانية والعلوم الاجتماعية.

هـ- هناك دور هام تلعبه مكتبة المدرسة بما فيها من مصادر للمعرفة مما يحتاجه الطلاب في عملية الارشاد .

**٣- الارشاد خلال النشاط المدرسي :**

أ- يشمل النشاط الثقافي والنشاط الرياضي والنشاط الاجتماعي والنشاط الفني

ب- نظام الاسر (الاسرة الاجتماعية)، (الاسرة العلمية) و (لجنة الحلفات) و(لجنة البيئة) و(الاسرة الادبية) وهكذا.

وهكذا نجد ان النشاط المدرسي يتيح فرصة تعامل المدرسين والمرشدين مع تلاميذهم في جو اجتماعي مناسب لعملية الارشاد بعيداً عن المواد الدراسية .

كذلك فالنشاط المدرسي يعتبر جسراً بين المدرسة والاسرة والمجتمع . وهناك ايضاً مجالس الآباء والمعلمين والمرشدين.

### ٤- الارشاد في الصفوف :

هناك المدرس المرشد الذي يقوم بارشاد طلابه كجماعة او على مستوى فردي . على أساس وقائي ايضاً.

ونجد في الصفوف طلاباً متفوقين ووسطاً وبطيئي تعلم او مشاغبين أو ذوي عاهات، ويمكن تنظيم صفوف خاصة للارشاد الجماعي لبعض الحالات الخاصة مثل المشاكل العائلية والاسرية . . الخ .

وهكذا نرى أن هناك ارتباط كبير بين الارشاد والمدرسة .

### الارشاد المهني:

والإرشاد المهني من أقدم مجالات الارشاد النفسي وقد ظهر حين ظهرت الحاجة الى ضرورة المزاوجة بين الفرد والمهنة التي يعمل فيها ومن أشهر العلماء (بارسونز) و (سوبر) وهناك دائرة معارف خاصة بالتوجيه والارشاد المهني هي (دائرة معارف التوجيه المهني) .

التعريف : هو عملية مساعدة الفرد في اختيار مهنته مما يتلاءم مع استعداداته وقدراته وميوله ومطامحه وظروفه الاسرية والاجتماعية وصحة اطعامه وجنسه وحاجات سوق العمل . والاعداد والتأهيل لها والدخول في العمل، والتقدم والترقي فيه وتحقيق أفضل مستوى من التوافق المهني .

ويلاحظ من هذا التعريف أنه يؤكد ان الارشاد المهني يعمل على مساعدة الفرد في أن يقرر مصيره المهني بنفسه (ولا يقرره او يحدده له أحد)

### اجراءات الارشاد :

١- الاختيار .

٢- الاعداد .

٣- الدخول والتقدم .

**أهداف الارشاد المهني :**

١- وضع الشخص المناسب في المكان المناسب مما يحقق التوافق المهني ويعود علي الفرد والمجتمع بالخير .

٢- مساعدة الفرد في معرفة استعداداته وقدراته وميوله واختيار مهنة حياته بطريقة منظمة مخططة واعداد نفسه لأخذ مكانه الصحيح في عالم المهنة تعليمياً وتدريبياً .

٣- متابعة الفرد اثناء العمل ضماناً للنجاح والاستقرار .

٤- العمل على اكساب الفرد المرونة الكافية والخبرات اللازمة التي تجعله قادراً على مواجهة التطورات والتغييرات المحتملة في حياته المهنية نظراً للنمو العلمي والتكنولوجي السريع الذي يحدث الآن وغداً .

٥- إن الارشاد المهني هدف مزدوج لفائدة الشخص والمجتمع معاً .

٦- هدفه الاساسي أن يصبح الافراد عاملين منتجين سعداء .

**المشكلات المهنية:**

تتعدد المشكلات المهنية التي تتعلق بالمهنة وأهمها البطالة .

أ- مشكلات الاختيار المهني .

ب- مشكلات الاعداد المهني .

جـ- مشكلات التوزيع

د- مشكلات الالتحاق بالعمل .

هـ- مشكلة التعبير تحت الاختيار .

و- سوء التوافق المهني .

التربية المهنية : وتتضمن برنامجاً تعليمياً مهنياً حول المعلومات المهنية والاجور ونظام الترقي والعمل مستقبلاً ومتطلبات الشخص النفسية والجسمية .

تحليل العامل : يهدف لفهم شخصية العميل واستعدادته وقدراته وميوله وإمكاناته ومطامحه وخبراته ونواحي قوته ونواحي قصوره (توجد مقاييس مهنية) .

تحليل العميل : وذلك لتحديد متطلبات العمل من مهارات جسمية وعقلية وظروفه ومستقبله .

الاختيار المهني : يهدف الى مساعدة الفرد في اتخاذ القرارات الخاصة بالاختيار المهني .

التأهيل المهني : ويعني تأهيل العميل مهنياً والتدريس المهني له أهميته أيضاً .

التشغيل : ويبدأ بمساعدة الفرد في البحث عن العمل والدخول فيه .

الاستقرار في العمل : حين يقوم العامل بالعمل على أفضل و جه ممكن .

التوفق المهني : إذا رضي الفرد عن عمله فيستقر به ويتوافق اجتماعياً مع رفاقه ورضي بدخله ويحل مشكلاته وهكذا يتزايد ارتباطه بالعمل ويشعر بالسعادة والتوافق .

**الإرشاد الأسري:**

إن تكوين الأسرة واستقرارها وسعادتها هو الوضع الذي ارتضاه الله لحياة البشر . إن الأسرة هي أهم عوامل التنشئة الإجتماعية ، وهي أقوى الجماعات تأثيراً في تكوين شخصية الفرد وتوجيه سلوكه والحياة الأسرية تؤثر في التوافق النفسي إيجابياً أو سلبياً حسب الخبرات الأسرية .

تعريف الارشاد الاسري : هو عملية مساعدة افراد الاسرة (الوالدين والاولاد والاقارب) فرادى أو كجماعة ، في فهم الحياة الاسرية ومسؤولياتها لتحقيق الاستقرار والتوافق الأسري وحل المشكلات الأسرية .

**١- أهداف الارشاد الاسري:**

يهدف الى تحقيق سعادة واستقرار واستمرار الاسر ، وبالتالي سعادة المجتمع واستقراره. وذلك عن طريق ما يلي :

أ- تربية الاولاد ورعاية نموهم النفسي والاجتماعي .

ب- تعليم اصول عملية التنشئة الاجتماعية .

جـ- تعليم اصول الحياة الاسرية السليمة .

د- حل وعلاج المشكلات والاضطرابات .

هـ- تحصين الاسرة ضد الانهيار .

و- تحقيق التوافق النفسي في الاسرة .

**٢- الحاجة الى الارشاد الأسري:**

لا تخلو اسرة من بعض المشكلات وحلها يكون :

أ- مساعدة ارشادية متخصصة .

ب- تحتاج الى علم النفس والاجتماع والطب والاقتصاد .

جـ- مساعدة الاهل والاصدقاء والمصلحين .

د- إن الارشاد النفسي هو أنسب المجالات .

ومن الخطأ الشائع ان يلجأ احد افراد الاسرة الى الدجالين والمشعوذين .

**المشكلات الأسرية:**

قد تتخلل الحياة الأسرية مشكلات مثل ما يلي :

أ- اضطراب العلاقات بين الوالدين .

ب- الوالدان العصابيان .

جـ- القدوة السيئة (الاب المدمن).

د- التنشئة الاجتماعية الخاطئة (القسوة).

هـ- اضطراب العلاقات بين الوالدين والاولاد.

و- عقوق الوالدين.

ز- اضطراب العلاقات بين الاخوة (التسلط).

ح- مركز الولد في الاسرة.

ط- اولاد الزواج السابق.

ي- الاولاد غير الاشقاء

ك- الاولاد اليتامى.

ل- خلف البنات.

م- مشكلات ذوي القربى (عدم صلة الرحم).

ن- سوء التوافق وتفكك الاسرة.

**٣- خدمات الارشاد الاسري:**

تقدم لمن يحتاجها في شكل ارشاد فردي أو جماعي وهي:

أ- **التربية الاسرية**: تكون في الأسرة والمدرسة ودور العبادة ووسائل الإعلام لفهم الحياة الاسرية والترغيب فيها ورعايتها وتدعيمها وفي حسن القيادة والقدوة والوقاية.

ب- **الخدمات النفسية**: تعمل على تحقيق التفاهم والفهم الأفضل بين جميع افراد الاسرة والتخلص من التوتر الانفعالي وحل الصراعات والقلق وتحقيق التقارب والتوافق بين الجميع وحل المشكلات المشتركة وتحسين المناخ الاسري وتقريب وجهات النظر.

جـ- **الخدمات الاجتماعية** : وهي تحتاج الى جهود الاخصائي الاجتماعي والنفسي وضرورة الاتصال المستمر بالاسر والزيارات المنزلية والاشتراك في مجالس الآباء .

د- **الارشاد الجماعي للأسرة** : يجتمع أفراد الاسرة مع فريق الارشاد الذي يضم الاخصائي النفسي والاخصائي الاجتماعي والطبيب ليتناول كل منهم مشكلة من زاوية اختصاصه والارشاد هناك ارشاد بيتي ويقتصر على الوعظ والرجاء وان الوالدين هما الأهم في الارشاد الأسري .



العلاج باللعب

## ٤- ارشاد الاطفال:

يتخصص هذا المجال في ارشاد الاطفال كفئة عمرية تمر بمرحلة نمو تتميز بخصائص عامة تختلف في خصائصها عما يليها

### ١- أهم خصائص النمو في مرحلة الطفولة:

سرعة النمو في كافة مظاهره جسمياً وفسيولوجياً وحركياً ولغوياً وانفعالياً واجتماعياً وجنسياً. مع وجود فروق فردية وفروق بين الجنسين. وانجازه هو :

أ- يتعلم المشي والمهارات الجسمية في اللعب.

ب- تعلم قواعد الأمن والسلامة.

جـ- تنمو الحواس وينمو الذكاء والخبرات.

د- يتعلم المهارات العقلية المعرفية.

هـ- يتعلم المهارات والمعارف الأساسية.

و- ينمو الكلام واللغة لديه.

ز- يتعامل مع العالم الخارجي.

ح- يتعلم المعايير الاجتماعية.

ط- يرتبط انفعالياً بالوالدين والاخوة والآخرين.

ي- يتعلم ضبط الانفعالات.

ك- ينمو الضمير والسلوك الديني والاخلاقي.

ل- ينمو الضبط الذاتي للسلوك.

م- ينمو مفهوم الجسم.

ن- يتجه الطفل نحو المراهقة

**تعريف ارشاد الاطفال :**

هو عملية المساعدة في رعاية ونمو الأطفال نفسياً وتربيتهم اجتماعياً وحل مشكلاتهم اليومية .

**٢- أهداف ارشاد الاطفال:**

يهدف الى مساعدة الطفل لتحقيق نمو سليم متكامل ومتوافق سوي أي توافق نفسي وتوافق اجتماعي وتوافق أسري .

**٣- الحاجة إلى ارشاد الاطفال:**

إن للطفل سيكولوجيته الخاصة وخصائص النمو التي تميز مرحلة الطفولة أهمها :

أ- سرعة النمو .

ب- سرعة التطور .

جـ- التقدم من عالم الآخر .

كذلك ففي الطفولة مطالب نمو قد تتحقق أو لا تتحقق مما يسبب حاجته الى :

أ- حاجات الاطفال النفسية التي لا بد أن تشبع حتى ينمو الطفل سوياً . ومنها حاجته للحب والعطف والحنان والاطمئنان والثقة بالنفس .

ب- هناك مؤثرات داخلية وخارجية بيئية قد تكون ايجابية او سلبية .

جـ- مشكلات النمو العادي وبعض المشكلات المتطرفة مثل مص الاصبع والتبول .

د- ان مرحلة الطفولة اساسية في نمو الشخصية وهي اساس الخطورة .

ز- وما دامت الشخصية في مرحلة نمو فان عملية التعديل والتغيير والتعليم تكون اسهل في مرحلة الطفولة عنها في المراحل التالية .

**٤- مشكلات الاطفال:**

إن مشكلات الطفولة تختلف عن غيرها ومنها ما يلي :

أ- اضطرابات الغذاء .

ب- اضطرابات الاخراج .

جـ- اضطرابات الكلام .

د- اضطرابات النوم .

هـ- الاضطرابات الانفعالية .

و- مشكلات النظام

ز- الاضطرابات النفسية الجسمية .

ح- مشكلات اخرى مثل الضعف العقلي .

**٥- خدمات ارشاد الاطفال:**

يجب أن تقدم في ضوء معرفة خصائص ومطالب النمو

خدمات الارشاد العلاجي : وتتركز على اساس توفير جو نفسي آمن لعلاج ما يلي :

أ- المرحلة الحرجة للفطام .

ب- الانتقال من المنزل الى المدرسة .

جـ- الاستعداد للمراهقة .

د- الارشاد الصحي .

هـ- رعاية النمو .

و- خدمات الارشاد باللعب .

ز- خدمات الارشاد الاسري .

ح- الارشاد الجماعي .

ط- الخدمات الاجتماعية .



# الوحدة التاسعة

# برنامج التوجيه والارشاد في المدرسة

١ - اهداف برنامج الارشاد في المدرسة

٢- الأسس التي يقوم عليها برنامج الارشاد في المدرسة

٣- خدمات برنامج الارشاد

٤- تقييم برنامج الارشاد

٥- دور الهيئة التدريسية في برنامج الارشاد : المديرة- المرشدة- المدرسة - المرشد



# الوحدة التاسعة

# برنامج التوجيه والارشاد في المدرسة

## ١- اهداف برنامج التوجيه والارشاد في المدرسة:

١ - تحقيق الذات والتوافق والصحة النفسية وتحسين العملية التربوية ومنها :

أ- تحقيق إستراتيجية الإنماء والوقاية والعلاج .

ب- تنفيذ الجانب النظري

جـ- تحقيق أفضل مستوى من النمو النفسي مع الإهتمام بمفهوم الذات .

## ٢- الأسس التي يقوم عليها برنامج إرشادي في المدرسة:

أ- الأسس العامة : وهي ثبات السلوك الإنساني نسبياً وإمكان التنبؤ به

ب- إستعداد الفرد للتوجيه والإرشاد .

جـ- حق الفرد في التوجيه والإرشاد

د- حق الفرد في تقرير مصيره .

هـ- مبدأ تقبل العميل وإستمرار الإرشاد .

٢- الإسس الفلسفية : وهي مراعاة طبيعة الإنسان وأخلاقيات الإرشاد .

٣- الأسس النفيسة والتربوية : وهي الفروق الفردية ، والفروق بين الجنسين ومطالب النمو .

٤- الإسس الإجتماعية : وهي الإهتمام بالفرد كعضو بالجماعة والإستفادة من كل مصادر المجتمع .

٥- الأسس العصبية والفسيولوجية : وهي النفس والجسم والجهاز العصبي .

٦- إتفاق أهدافه مع التربوية العامة : أي أن يكون بينهما تعامل

٧- أهمية النواحي الإدارية اللازمة للبرنامج .

## ٣- خدمات برنامج الإرشاد :

وهي كما يلي :

١ - خدمات إرشادية وهي الأهم وتعتبر عملية الإرشاد وهي قلب برنامج التوجية والإرشاد كله ومتضمن :

أ- دراسة الحالات الفردية .

ب- خدمات الإرشاد الجماعي .

جـ- تقديم خدمات الإرشاد العلاجي والتربوي والزواجي والأسري

د- الخدمات النفسية : رتتضمن إحراء الفحوص والبحوث ودراسة الشخصية والتعرف على الإستعدادات والقدرات والإتجاهات والميول وتعريف الفرد بنفسه، والتشخيص وحل المشكلات العامة والخاصة والتعرف المبكرعلى الحالات التي تحتاج الى مساعدة مركزة وتقديم الخدمات الإرشادية .

هـ- الخدمات التربوية : خدمات التربية المهنية والزواجية والأسرية وحل المشكلات المرتبطة بالتأخر الدراسي والعمل على التوافق النفسي والإهتمام بالطلبة الجدد والخريجين والإسهام في تطوير وتحسين البرامج

و- الخدمات الإجتماعية : وتتضمن إجراء البحوث الإجتماعية والتعريف بالبيئة الإجتماعية وتنظيم العلاقات والإتصال بالأسر والتعاون بين المدرسة والأسرة والإتصال بباقي المؤسسات الإجتماعية المحلية .

ز- الخدمات الصحية : ومنها اعداد وتنفيذ برنامج للصحة المدرسية ويهتم بالتربية الصحية والطب الوقائي والصحة النفسية والطب النفسي الوقائي وتوفير العلاج الطبي اللازم لبعض الحالات الخاصة.

ح- خدمات الصحة النفسية : خدمات البحث العلمي : وتهتم بالبحوث والدراسات واعداد وسائل الارشاد مثل الاختبارات المتنوعة وتقنينها حسب البيئة.

ط- خدمات الاحالة : وذلك بتحديد جهات الاحالة والتعاون معها.

ي- خدمات المتابعة : حيث يجب المتابعة المنظمة للذين تلقوا الارشاد الفني.

ق- خدمات التدريب اثناء الخدمة : بحيث يتيح للمرشدين الجدد فرصة التدريب للعمل الارشادي.

ل- خدمات البيئة الخارجية : وتمتد الخدمات لتشمل البيئة الخارجية مثل المؤسسات ذات الاتصال بالمدرسة مثل الأسر والعيادات ومراكز الارشاد والعيادات الاجتماعية ومراكز رعاية الطفولة ورعاية الشباب والشيوخ .. الخ.

## ٤- تقييم برنامج الارشاد:

وتعريف التقييم هو عملية تجديد القيمة وهو عملية نقدية هامة تكشف عن مدى فعالية البرنامج ومدى نجاحها وفشلها والجميع يشترك في التقييم.

والتقييم عملية مستمرة من أول التخطيط عبر التنفيذ واثناء وبعد الجلسات والاجراءات وحتى المتابعة. ويجب تقييم البرنامج من مرة الى مرتين في السنة .

**أهداف التقييم :**

الهدف الأول هو الاصلاح والتحسين وتلافي اوجه النقص.

**خطوات التقييم :**

أ- تحديد اسئلة التقييم والاجابة .

ب- تحديد معايير التقييم .

جـ- تحديد طرق التقييم ووسائله لمعرفة مدى تحقيق الاهداف .

د- تحديد نتائج عملية التقييم وتفسيرها .

هـ- اقتراح خطوات تقويم واصلاح البرنامج .

ومن أمثلة الاسئلة للتقييم ما يلي :

١- إلى أي حد كان البرنامج موفقاً .

٢- هل تحققت أهداف التوجيه والارشاد .

٣- هل توفر المكان الملائم للتنفيذ .

**طرق التقييم :**

تتعدد طرق التقييم البرنامج الارشاد وفيما يلي أشهر الطرق :

أ- الدراسات والبحوث .

ب- مقارنة طرق الارشاد المختلفة .

جـ- دراسة التغيرات السلوكية .

د- متابعة النجاح الفعلي .

هـ- رأي العاملين .

و- رأي العلماء .

وبهذا يحصل المرشد على نتائج نجاحه أو فشله في العملية الإرشادية .

## دور الهيئة التدريسية في برنامج الإرشاد:

إن البرنامج الارشادي هو مسؤولية كبيرة لا بد أن يضطلع بها (فريق الارشاد) وأما قيادة الفريق فيجب أن تكون بيد مدير المدرسة ولكن الأفضل القيادة الجماعية .

**المدير :**

وهو واجهة الفريق ويجب أن يكون ملماً بالتوجيه والإرشاد ودوره الإرشادي يكون كما يلي :

١- إدارة برنامج التوجيه والإرشاد .

٢- توفير الوقت الكافي لاعضاء الفريق .

٣- الإشراف العام على جميع الخدمات الارشادية .

٤- التنسيق العام بين الارشاد والتربية .

٥- تنظيم سير العمل في المدرسة .

٦- القيام بدور تنفيذي .

٧- الاتصال مع المؤسسات الاجتماعية والتربوية والمهنية .

٨- الاشراف على برنامج التدريب .

**المرشد النفسي أو التربوي:**

يتم إعداده في أقسام علم النفس بالجامعات ويتم تدريبه عملياً في مراكز الارشاد والعيادات النفسية تحت اشراف الاساتذة فالمرشد يحتاج إلى دراسة خاصة وتدريب خاص في طرق الارشاد النفسي ومجالاته والمرشد النفسي هو عادة المسؤول المتخصص الأول عن العمليات الرئيسية في التوجيه والإرشاد وخاصة عملية الارشاد نفسها وبدون المرشد يكون من الصعب تنفيذ أي برنامج إرشادي .

ويختلف المرشد النفسي الذي يعمل في المدرسة عن المرشد الذي يعمل بالعيادة ويطلق عليه (المرشد النفسي العلاجي).

وإذا كان المرشد يعمل في المدرسة فاسمه (المرشد التربوي) وعليه أن يعطي حصة في الاسبوع لكل صف بالمدرسة يناقش فيها مع الطلاب المشكلات الشخصية العامة وجوانب اخرى كثيرة.

وفي معظم الدول نجد إجماعاً أن تكون الدرجة العلمية للمرشد هي الدكتوراه وفي بعض الأحيان يكتفى بالماجستير على أن لا يعين أصحاب البكالوريوس.

**الدور الإرشادي للمرشد:**

أهم معالم الدور الإرشادي المميز للمرشد هي:

أ- القيادة المتخصصة لفريق الإرشاد.

ب- تشخيص وحل وعلاج المشكلات النفسية.

جـ- اعداد وسائل وحفظ السجلات للعملاء.

د- الإرشاد التربوي والمهني والأسري.

هـ- تولي مسؤولية متابعة حالات الإرشاد.

و- مساعدة أعضاء الفريق استشارياً.

ز- الاشتراك في عملية التدريب للمرشدين.

ح- الإسهام في تطوير العملية التربوية

**٣- المدرس المرشد:**

إن المدرس هو أقرب شخص الى الطلاب في المدرسة وأخبر الناس بهم وهو الذي يعرفهم عن كثب، وهو حلقة الوصل بينه وبين باقي أعضاء الفريق. والطلاب يحتاجون الى رعاية النمو وتحقيق التوافق والمساعدة في حل المشكلات الى جانب

حاجتهم الى التعليم والتحصيل وان المدرس المرشد هو أولاً مدرس مادة وليس مرشداً متفرغاً فهو يقوم بعملية التدريس وفي نفس الوقت يقوم ببعض عمليات الإرشاد .

**اعداد المدرس المرشد :**

يعد في كليات التربية بالاضافة إلى مادة تخصصه واثناء دراسته يتدرب بالعملية التربوية الارشادية . ويتم تدريبه على بعض المهارات التربوية الارشادية الخاصة مثل التعرف المبكر على التفوق والضعف العقلي والتأخر الدراسي وغير ذلك من مشكلات سوء التوافق المدرسي . ويجب أن يتدرب اثناء الخدمة ليصبح مدرساً مرشداً .

**دور المدرس المرشد الارشادي :**

أهم معالم الدور الإرشادي الخاص هي :

أ- تيسير وتشجيع عملية الارشاد في المدرسة .

ب- تعريف الطلبة بخدمات الارشاد .

جـ- مساعدة الطلاب العاديين انمائياً ووقائياً .

د- رعاية نموهم النفسي .

هـ- معرفة الذات ونمو مفهوم موجب لذات للطلاب .

د- القيام بالدور السليم الاجتماعي .

ز- توقي المشكلات وتعليم الطلاب كيفية حلها .

ح- تهيئة مناخ صحي نفسي في المدرسة .

ط- يعمل على ايصال الطلاب الى التوافق النفسي والتحصيل .

ي- المساعدة في اجراء الاختبارات .

ك- دراسة وفهم الطلاب كلٌ على حدة وكجماعة .

ل- اكتشاف حالات سوء التوافق .

م- ربط التدريس بالارشاد .

ن- الاشتراك في الارشاد الجماعي .

س- الاسهام في مجال التوجيه المهني للطلاب وامدادهم بالمعلومات التربوية والمهنية وحل مشكلات التحصيل والاهتمام بالقدرات والميول وتدعيم الصلة مع الأسرة .

# الوحدة العاشرة

# التوجيه والإرشاد التربوي في الأردن

١- تجربة وواقع التوجيه والإرشاد في الأردن

٢- تدريب المرشدين

٣- الخطوط الأساسية لعمل المرشد

٤- الصعوبات التي تواجه عمل المرشد

٥- تقويم خدمات الإرشاد



# الوحدة العاشرة

# التوجيه والإرشاد التربوي في الأردن

## تجربة وواقع التوجيه والإرشاد في الأردن

بدأت وزارة التربية والتعليم في الأردن تجربة الإرشاد في المدارس بتعيين ٦ من المرشدين والمرشدات ثم أخذت في زيادة عدد هذه المراكز حتى اصبحت اكثر المدارس فيها مركزاً للارشاد. وذلك لأن المسؤولين في التربية أصبحوا يدركون أن التربية ليست مجرد نقل معلومات ومعارف الى الطالب، بل هي عملية تعنى بنمو الطالب وتكامل شخصيته من مختلف جوانبها. ويعتبر الإرشاد والتوجيه جزءاً من العملية التربوية لأنه يسعى الى مساعدة الطالب على التكيف مع نفسه ومع البيئة المحيطة به. إن الفرد والجماعة بحاجة إلى التوجيه والإرشاد وكل فرد خلال مراحل نموه يواجه مشكلات مختلفة وفترات يحتاج فيها إلى الإرشاد من حيث حاجته إلى:

أ- معرفة نفسه.

ب- معرفة ظروف حياته الحاضرة والمستقبلية

جـ- التكيف مع نفسه ومع الحياة.

د- تحقيق ذاته وتطوير قدراته الشخصية.

إن التوجيه والإرشاد جزء لا يتجزأ من العملية التربوية، والتعليم يتضمن عناصر كثيرة من الإرشاد وخدمات الإرشاد تتضمن التعلم والتعليم كخطوة هامة في تغيير وتعديل السلوك الإنساني نحو الأفضل. ومن هذا المنطلق بدأت وزارة التربية والتعليم في الأردن تجربة الإرشاد النفسي والاجتماعي.

**تدريب المرشدين:**

لكي يتم تعيين المرشدين في مدارس الأردن يجب أن يكون المرشد حاصلاً على:

أ- شهادة ماجستير في الارشاد.

ب- شهادة بكالوريوس بعلم النفس

جـ- دبلوم تربية بعد بكالوريوس الاجتماع.

د- بكالوريوس خدمة اجتماعية

هـ- دبلوم الخدمة الاجتماعية.

**الخبرات والمتطلبات الأخرى:**

نهج قسم الارشاد التربوي منذ بداية تأسيسه وتعيين المرشدين في المدارس على عقد دورات تدريبية لهم في مجالات العمل الارشادي المختلفة وذلك لان المباحث التي درسوها في الجامعات كانت نظرية بحتة، ولقد ساهمت هذه الدورات في توضيح العمل الميداني في مجال الارشاد والمرشدين وساعدت على نجاحهم، وتم التركيز فيها على الجوانب النظرية والتطبيقية لعمل المرشد في المدرسة ومن هذه الدورات ما يلي:

١- التوجيه التربوي والمهني.

٢- الحلقة الدراسية في الارشاد والتوجيه الطلابي

٣- دراسة الحالة.

٤- متابعة الخدمات النفسية والصحية.

٥- قلق الامتحان.

٦- التأخر الدراسي.

٧- العلاج السلوكي

٨- تمارين الاسترخاء.

٩- السلوك غير السوي.

١٠- تأكيد الذات

١١- خدمات الارشاد الجمعي.

١٢- التوجيه في الصفوف.

١٣- التوجيه الجمعي العلاجي.

**الخطوط الأساسية لعمل المرشد:**

تتميز عملية الارشاد بحيويتها ومرونتها وقابليتها للتنوع من حالة العملاء وهي تتضمن الفعاليات التالية:

١- العلاقة الأولية بين المرشد والعميل: تعنى بايجاد تفهم بين الاثنين والتعلم بديمقراطية وتخطيط.

٢- خطة الارشاد: تعني بتوضيح المساعدة التي يمكن للمرشد أن يقدمها للعميل على أن يشارك العميل المرشد في وضع الخطة.

٣- جمع المعلومات: يبدأ العميل دونما تردد أو غموض بالتحدث عن مشكلاته في حين يشجعه المرشد لاعطاء المزيد من أهدافه وواقع حياته.

٤- تنظيم وتفسير المعلومات: يعني مشاركة المرشد والعميل في تفسير المعلومات التي جمعت من العميل ووضعها في اهداف.

٥- التخطيط واتخاذ القرارات: تستقل عملية الارشاد من مرحلة جميع المعلومات وتنظيمها وتفسيرها الى مرحلة التخطيط واتخاذ القرار المناسب من قبل العميل بتوجيه المرشد.

٦- المرحلة التنفيذية: أي أن ينفذ العميل ما توصل اليه المرشد من حلول.

٧- التقييم: هي مرحلة تتطلب من المرشد متابعة العميل في البرنامج الذي سلكه ودراسة النتائج المترتبة وتعديل الخطة في ضوء الاهداف.

**التعريف بمهمة المرشد:**

يقوم المرشد بالتعريف عن عمله بواسطة حصص التوجيه في الصفوف.

**مسؤوليات المرشد الأخلاقية:**

ومن أخلاقيات المرشد ما يلي:

أ- معرفة حدود المرشد لكفاءته العلمية والمهنية.

ب- تمسك المرشد بالاخلاق

جـ- ان يكون المرشد موضوعياً في تقييم عمله.

د- أن يكون راغباً للعمل.

هـ- ان يتقبل المرشد كل عميل.

و- ان يحمي اسرار العميل

ز- ان يقوم بتحويل الحالة الصعبة الى المختصين.

ح- ان لا يرشد اصدقاءه واقاربه

**الصعوبات التي تواجه عمل المرشد:**

تتلخص الصعوبات التي تواجه المرشد في عمله وهي:

١- الصعوبات الذاتية، التفاوت في التدريب العملي.

٢- الكفايات الشخصية.

٣- الصعوبات التي ترتبط باطراف العملية التربوية ، وهي كما يلي :

أ- صعوبات تتعلق بالادارة المدرسية والمعلمين .

ب- نقص الوعي النفسي للمديرين .

جـ- نقص القناعة بأهمية العمل الارشادي .

د- فردية وانعزال المرشد .

٤- الصعوبات التي تتعلق بالطلبة وهي كما يلي :

أ- عدم وعي الطلبة بأهمية العملية الارشادية .

ب- خوف الطلاب من وهمهم بعدم السواء .

جـ- ممارسة المرشدين انفسهم في ايحائهم للطلبة بانهم مشكلين .

د- ضعف الوعي النفسي عند افراد البيئة

٥- صعوبات تتعلق بأولياء الأمور، وهي كما يلي :

أ- ضعف الاتصال بأولياء الأمور .

ب- الممارسات السلبية من قبل المدرسة .

جـ- نقص الوعي النفسي عند أولياء الأمور .

د- ضعف اهتمام الآباء بمشاكل الابناء .

هـ-تقصير المرشد في توضيح دوره الارشادي .

و- وجود حاجز نفسي بين الوالدين وابنائهم فيخاف الطالب من استدعاء ولي امره من أن يفتضح امره .

٦- الصعوبات التي تتعلق باتجاهات العاملين في المدرسة، وهي كما يلي :

أ- وجود نزعة لدى العاملين في المدرسة للمراقبة وانتظار اختفاء المشكلة أو

السلوك غير المرغوب فيه كنتيجة للعمل الارشادي وعندما لا يرون هذا التغيير فهم يقومون بانتقاد الارشاد والتشكك بجدواه فلا يتعاونون مع المرشد .

ب- يخاف العاملون في المدرسة من المرشد لأنه جديد بالنسبة لهم . فينظرون اليه بقلق وخشية خصوصاً إذا كان الانطباع السائد عن عمل المرشد بأنه ينزع الصلاحيات من الادارة والهيئة التدريسية .

٧- الصعوبات المادية : تتلخص الصعوبات المادية في أكثرها بعدم توفر مكتب للمرشد يزاول فيه عملية الارشاد الفردي والجماعي بالاضافة الى انعدام التسهيلات والمواد المساعدة له في عمله .

**تقويم خدمات الارشاد.**

ان التقويم المنتظم يعكس فوائد متعددة على كافة الافراد الذين لهم علاقة بالارشاد . وغالباً ما ينتج عنه تحسين البرنامج نفسه ، إذ أنه من المؤكد ان مستقبل الارشاد يعتمد على توفير بيانات محسوسة حول فوائده ، ومحدداته ويكون تقويم الخدمات الارشادية من سجلات المرشد وهي

أ- الارشاد الفردي .

ب- الارشاد الجماعي .

جـ- التوجيه في الصفوف .

د- الارشاد لاولياء الامور .

هـ- التوجيه المهني .

و- لجنة خدمة البيئة .

وهذه السجلات تظهر مدى اقبال المسترشدين ومدى نجاح المرشد في عمله

والحكم على ما يقدمه من فوائد ويمكنهم من اعتماد قاعدة واضحة في تقرير ماهية التحسينات اللازمة والمطلوبة. وهناك نوعان من التقويم

أ- تقويم المرشد الذاتي، ويسهم هذا النوع من التقويم في تحسين نوعية الخدمات الارشادية التي قدمها المرشد في المدرسة وهذا يساعده على معرفة جوانب القوة والضعف في عمله والصعوبات التي يواجهها من كل جانب والأساليب التي تؤدي الى مواجهة هذه الصعوبات.

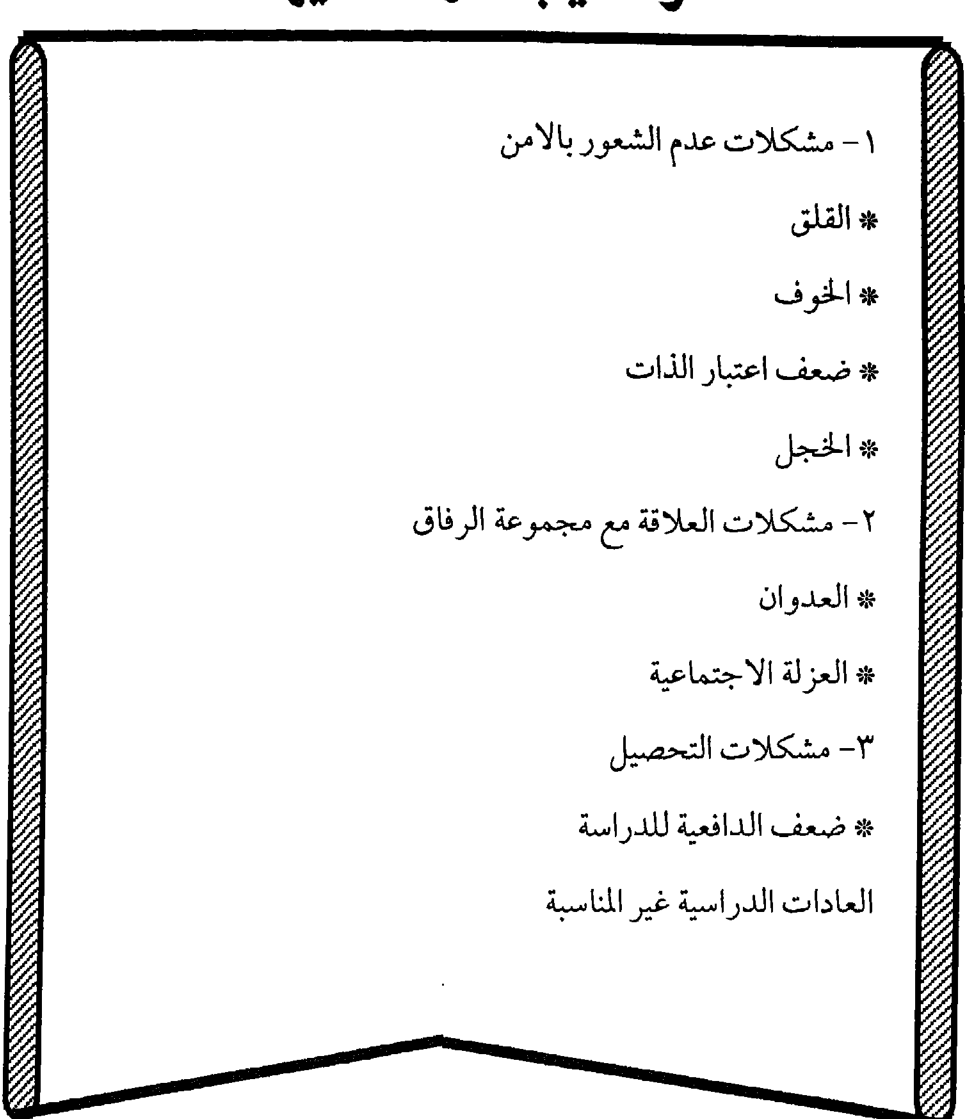
ب- التقويم من قبل الاشراف التربوي في وزارة التربية والتعليم، وقد قام قسم الارشاد التربوي بتطوير نموذج لتقويم المرشد سنوياً بحيث يستطيع المرشد من خلاله أن يضع حكمه ورأيه في مستوى عمله تجاه كل قطاع من قطاعات عمله على أن يوافق المدير على صدق المعلومات.



# الوحدة الحادية عشرة

# بعض مشكلات الطلبة في المدرسة

# وأساليب الارشاد فيها



١- مشكلات عدم الشعور بالامن

* القلق
* الخوف
* ضعف اعتبار الذات
* الخجل

٢- مشكلات العلاقة مع مجموعة الرفاق

* العدوان
* العزلة الاجتماعية

٣- مشكلات التحصيل

* ضعف الدافعية للدراسة

العادات الدراسية غير المناسبة



# الوحدة الحادية عشرة

# بعض مشكلات الطلبة في المدرسة

# وأساليب الارشاد فيها

## ١- مشكلات عدم الشعور بالامن:

### ١- القلق:

يمثل القلق حالة من الشعور بعدم الارتياح والاضطراب والهم، وشعوراً بالضيق وانشغال الفكر وترقب الشر دون معرفة المثير.

**الأسباب:**

فقدان الشعور بالأمن : وهو سبب رئيسي للقلق وهو نتيجة ما يلي :

أ- عدم الثبات بالرأي للوالدين والمعلمين.

ب- الطلب من الطفل الكمال الزائد.

جـ- التسيب والاهمال من قبل الوالدين.

د- النقد الزائد.

هـ- الثقة الزائدة من قبل الراشدين.

و- الشعور بالذنب

ز- تقليد الوالدين

ح- الاحباط المستمر

**الوقاية :**

١ - اعمل على تطوير قدرة الطفل على الفهم وحل المشكلات ، إن فهم الذات والآخرين والأشياء يقدم وقاية للأطفال من القلق وايضاً يجب على الوالدين توضيح الامور للاطفال بلغات يستوعبونها . وافهامهم وظائف اعفائهم ويجب ان يكون الوالداان مصادر جيدة لتعلم حل المشلكات .

٢ - ساعد الطفل على الشعور بالامن والثقة بالذات ، ويجب أن يعمل الاباء على بناء الشعور بالامن عند الاطفال وأفضل طريقة هي لعبة الاستغماية وعليهم مشاركتهم في لعبها .

وتقوية الثقة بالنفس عن طريق النجاح على شكل تدريجي وان يقولوا للطفل لا بأس من أنك لم تنجح الآن ولكنك سوف تنجح مستقبلاً

٣- تقبل تخيلات الطفل

**العلاج :**

١ - تقبل الطفل واعطاؤه شعوراً بالطمأنينة وتجنب الحدة في النقاش مع الطفل .

٢ - تدريب الطفل على الاسترخاء وان يقول الطفل لنفسه : اهدأ/ استرح / وهون عليك

٣- الحديث الايجابي بعد الاسترخاء أي يتحدث الطفل مع نفسه بأن يقول إنني منزعج ولكنني سوف أهدأ لأن الأمور سوف تسير بشكل أفضل .

٤ - تشجيع التغيير عن الانفعالات ورواية القصص هي طريقة فعالة للتعبير عن الانفعال .

٥ - الطرق المتخصصة ودراسة الحالة والعلاج النفسي يكون من قبل المعالج المختص (النفسي) إذا لم يشف الطفل .

## ٢- الخوف:

الخوف انفعال قوي غير سار ناتج عن الاحساس بوجود خطر واقعي . إن المخاوف متعلمة وهناك مخاوف غريزية وتندرج المخاوف في ثلاث مجموعات هي :

١- الجراح او الاصابات الجسمية والسموم والعمليات الجراحية والحرب والاختطاف .

٢- الحوادث الطبيعية - العواصف وحوادث الشغب والظلام والموت .

٣- التوتر النفسي - الامتحانات والاخطاء والمناسبات الاجتماعية والمدرسة

وإن الاحلام تكون سبباً لخوف الأطفال ايضاً .

**الأسباب:**

١- الصدمات وعندما لا يعالج الخوف في لحظته .

٢- اسقاط الغضب .

٣- التأثير على الآخرين .

٤- الحساسية في الاستجابة .

٥- الضعف النفسي أو الجسمي . وتقليد الخوف

٦- الاستجابة للجو العائلي أ- النقد ب- المتطلبات الزائدة جـ- الصراعات الاسرية .

**الوقاية :**

١- هيء الطفل للتعامل مع التوتر : وهي تهيئة مستمرة للتعامل مع مختلف انواع المشكلات وخاصة التوتر . وان تتضمن الكثير من التوضيح والتطمين والتحذير المسبق من المشكلات المحتملة . ويجب أن تناقش بصراحة وعلى الاخص

المشكلات المتعلقة بالنضج الجنسي مثل البلوغ، ومشاكل الموت والطلاق والعمليات الجراحية وعلى الوالدين أن يعالجوا بعض المشكلات بواسطة اللعب خصوصاً بالالعاب الايمائية .

٢- كن متعاطفاً ومدعماً : يساعد الحب والاحترام على الشعور بالامن ويظهر التعاطف في تنمية حرية التفكير وتقبلها وتقبل الشعور في جميع اشكاله .

٣- التعرض المبكر والتدريجي للمواقف المخيفة : علينا أن نخبر وبشكل تدريجي بالأفكار أو الحوادث الجديدة . وينبغي اصطحاب الأطفال الى عيادات طب الأسنان .

وإن وقت النوم يجب أن يكون ساراً يحمل على الاسترخاء وليس موقفاً متوتراً ويكون ذلك برواية القصص وابقاء باب غرفة النوم مفتوحاً وابقاء ضوء خافت الى جوار سريرهم .

٤- عبر عن مشاعرك وشارك الاطفال بها : إذا أنكر الوالدان الخوف فقد يؤدي ذلك بشكل خاص الى شعور بالخوف لدى الأطفال .

٥- كن نموذجاً للهدوء والتفاؤل والاستجابة بشكل مناسب : إذا لم يتغلب الوالدان على مشكلة الخوف من الموت فإن الاطفال سيتعلمون بسرعة الخوف من الموت . ويجب أن نناقش الأطفال بعقلانية .

**العلاج :**

١- تقليل الحساسية والاشراط المضاد : الحادثة مع الكلب .

٢- ملاحظة النماذج : ويفضل أن تكون النماذج من الاشخاص العاديين مثل تقليل الخوف من الامتحان فاذا عرض على الاطفال بواسطة التلفزيون اطفال آخرون

يؤدون الامتحان وهم غير خائفين، يقل خوف الاطفال تدريجياً.

٣- التمرين: اللعب لدى الاطفال هو أسلوب طبيعي للتمرين، فالعاب الدمى والتمثيل تمكنهم من التعبير عن أشكال متعددة من المخاوف

لذلك فامتداح الكبار يعزز تدريب الأطفال على التعامل مع المخاوف.

٤- التخيل الايجابي: إن تخيل مشاهد سارة هو أسلوب ناجح لتقليل الخوف عند الأطفال.

٥- مكافأة الشجاعة: ومن الأمثلة خوف الأطفال من المدرسة فيجب على الطفل ان يذهب الى المدرسة حتى ولو كان مريضاً أو يكافئ على ذلك.

٦- التحدث مع الذات: بأن يقول الطفل لنفسه: (إنني أصبح اكثر شجاعة) (أزمة وتمر) و (كل شيء سيكون على ما يرام) و (الوحوش لا توجد الا في السينما) و (الرعد لا يمكن أن يؤذيني).

٧- الاسترخاء. وان يمتزج الاسترخاء بتقليل الحساسية. وهذا يهدئ الطفل.

**٣- ضعف اعتبار الذات:**

إن كثيراً من مشكلات الطفولة الباكرة ينجم عن الشعور بقلة الثقة بالنفس وذلك بسبب شعور الطفل انه شخص لا قيمة له يفتقر الى احترام الذات.

**الممارسات الخاطئة في تنشئة الأطفال:**

١- الحماية ا لزائدة.

٢- الاهمال.

٣- الكمال الزائد.

٤- التسلط والعقاب.

٥- النقد وعدم الاستحسان.

٦- التقليد.

٧- الاعاقة.

٨- المعتقدات غير المنطقية .

**الوقاية :**

١ – مساعدة الطفل على ان يفكر بمنطقية وأن يفهم ذاته .

٢- تشجيع الكفاءة والاستقلال والاستمتاع بالعمل .

٣- تزويد الطفل الدفء والتقبل .

**العلاج :**

١ – التركيز على الجوانب الايجابية .

٢- الاكثار من الانتباه والاستحسان .

٣- الاكثار من التقدير والامتداح .

٤- زيادة الحماس عند الطفل .

٥- تزويد الطفل بخبرات بناءة .

٦- استخدام المكافآت والتعاقدات

٧- يجب أن يتعلم الاطفال شيئاً جديداً .

٨- يتعلم الطفل أن يكافئ نفسه .

**٤- الخجل:**

غالباً ما يتجنب الاطفال الخجولون غيرهم ، وهم عادة جبناء يخافون بسهولة ، وغير واثقين ، وحييون ، ومتواضعون ومتحفظون في الزام انفسهم بأي شيء . وهم يتجنبون الالفة والاتصال بالآخرين . وفي المواقف الاجتماعية فهم :

١ – يتجنبون الالفة والاتصال بالاخرين .

٢- لا يقومون بالمبادرة والتطوع.

٣- صامتون أو يتحدثون بصوت خافت.

٤ - يتجنبون التقاء العيون.

٥- يخشون منحنين القامة.

٦- ثقتهم بانفسهم متدنية جداً.

وينظر لهم الاخرون عادة كما يلي:

١- اغبياء.

٢- مضجرين.

٣- يعملون على تجنبهم.

وهذا ما يثير ويزيد مشاعر الخجل وهم نادراً ما يكونون مشاغبين أو مثيرين للمتاعب. ومما يزيد الطين بلة أن الراشدين يعززون مواقفهم إن ٤٠٪ من المراهقين والراشدين يصفون انفسهم أنهم خجولون وغير قادرين على الاتصال المناسب مع الآخرين.

وإن الأطفال الخجولين غالباً ما يكونون:

١- تعوزهم المهارات الاجتماعية.

٢- لا يبدون اهتماماً بالاخرين.

٣- لا يتصلون بغيرهم ارسالاً واستقبالاً.

٤- لا يظهرون تعاطفاً مع الغير.

٥- تعتبر الحفلات والجماعات مواقف صعبة بشكل خاص للاطفال الخجولين.

٦- هم أقل وعياً مما يدور حولهم.

٧- قد يتخذ الخجول صديقين مثله.

**الأسباب:**

١ : (أ) مشاعر عدم الأمن .

(ب) الحماية الزائدة .

(جـ) عدم الاهتمام من الوالدين

(د) النقد من الآباء .

(هـ) السخرية والإغاظة .

(و) عدم الثبات من الآباء .

(ز) التهديد بالعقاب دون التنفيذ .

(ح) الطفل المدلل .

٢- (أ) تسمية الذات كخجول .

(ب) المزاج او الإعاقة الجسمية .

(جـ) نموذج الوالدين .

**الوقاية:**

١- شجع النشاطات الاجتاعية وكافئها مثل :

(أ) الرحلات .

(ب) زيارة الرفاق .

(جـ) اختيار طفل اجتماعي أو طفلين لاقامة صداقة مع الخجول .

(د) المكافأة للنشاط الاجتماعي .

(هـ) عدم تعزيز سلوك الخجل ويحدث ذلك دون قصد .

(و) عدم السماح بالعزلة .

٢- شجع الثقة بالذات والتصرف الطبيعي مثل :

أ- الاعتماد على الذات .

ب- الحرية باللعب .

جـ- التعبير عن الاراء بصراحة .

د- تعليم الاطفال كيف يتعاملون مع المزاج والاغاظة .

هـ- تعليم الاطفال مواجهة الصراعات .

و- اعداد الاطفال للتكيف مع الصعوبات

٣- شجع تطوير المهارات والتمكن منها :

أ- المساعدة للشعور بالكفاءة والمقدرة والأهمية .

ب-تعليم الخجول على التحكم بالبيئة .

جـ- تعليم الأطفال اشياء بسيطة حتى يتكرر نجاحهم .

د- تشجيع الهوايات مثل الرياضة والموسيقى .

هـ-من الضروري مكافأة الخطوات الصغيرة مثل مصاحبة طفلك لك للباب للترحيب بالزوار بدون التحدث ثم يتدرج الى التحدث .

و- لا توجه الانتقادات بل استبدلها بالامتداح .

**العلاج :**

شجع الثقة بالذات :

أ- ان يعتمد الطفل على نفسه .

ب- ان يتحمل مسؤولية بعض الاعمال المنزلية .

جـ- تزويد الطفل بجو من التقبل والدفء .

د- تقبل الطفل وعلاج سلوكه

٢- التدريب على المهارات الاجتماعية : تتبع الخطوات التالية مع الطفل :

أ- اعطاؤه التعليمات .

ب- تقديم معلومات عن الاداء .

جـ- تكرار السلوك المطلوب .

أما المهارات الاجتماعية فهي الاتصال بالناس وتكون كما يلي :

١- المبادرة بالتحية وبصوت مرتفع .

٢- الابتسام وهز الرأس .

٣- تعليم الطفل رفع القامة عند المشي .

٤- الاتصال بالاعين .

٥- المشاركة بالافكار والمعلومات أمر ضروري .

٦- المشاركة بالمحادثة باهتمام .

٧- الاصغاء والتعليق على آرائهم .

٨- اظهار الانتباه .

٩- توجيه الاسئلة .

١٠- الاصغاء بشكل جيد .

١١- اعطاء عبارات المديح وتقبلها .

١٢- قول عبارات توضح حدوث الفهم .

### ٣- تمثيل الدور

إن الاطفال محبون للتمثيل بطبيعتهم وهم يستمعون بتمثيل المشكلات وللقيام بذلك يسأل الطفل (ماذا يمكن ان تفعل او تقول لو حدث كذا) احياناً يجلس الخجول مكان المعالج ويقوم المعالج بتمثيل دور الخجول ويعلمه ماذا عليه ان يتصرف .

إن الأطفال غالباً ما يستمتعون بتمثيل دور الملك أو الملكة الذي يستطيع أن يقول أو يفعل ما يشاء. ومن الطرق الفعالة ايضاً ان تجعل الأطفال الخجولين يمثلون دور الطفل الأكثر شعبية .

### ٤- تقليل الحساسية من الخجل :

يمكن للأطفال أن يتعلموا بأن المواقف الاجتماعية ليست مخيفة بالضرورة ويتم ذلك في خطوات تدريجية ، وقد تستخدم مخيلة الاطفال لهذا الغرض استخداماً بناءً وذلك بعد تطبيق تمرين الاسترخاء الذي هو مضاد للقلق ويمكن أن يتخيل الطفل وهو مسترخي انه يقوم بخطوات صغيرة لم يكونوا قادرين على القيام بها. فيتخيلوا أنفسهم وهم يقومون بتحية شخص وبشكل يمكنهم تخيل انفسهم وهم يقومون بسلوك اجتماعي كانوا يعتبرونه في السابق مخيفاً .

ومن الضروري أن يقوموا بعد ذلك بتجربة هذه السلوكات واقعياً وعلى نحو تدريجي ولادماجه مع الرفاق نقوم بدعوة صديق واحد ثم نزيد العدد من اقرانه وعلينا اشراك الطفل باعمال منزلية في اثناء الحفل او زيارة الآخرين

وسيتم تعريض الاطفال الخجولين بشكل تدريجي الى اشكال اعنف من اللعب وإلى مجموعات أكبر ويمكن تشجيع الطفل بواسطة ما يلي :

١- يرسم ونناقش رسوماته .

٢- ينظر الى المرآة ويصف ذاته .

٣- يتحدث بموضوع معين.

٤- اشعار الطفل بالاحترام.

٥- وهناك اسلوب (الهدف النقيض) حيث يطلب منهم ان يظهروا لكل شخص كم هم خجلون فعلاً، وعليهم ألا يتحدثوا مع أحد. وبعد فترة يتحدث الطفل .

**تشجيع الطفل على الجرأة:**

١- شجع الخجول على أن يطلب ما يريده بصراحة.

٢- أن يقول لا حسب رغبته.

٣- إن الطفل الذي يفعل ما لا يريد يصاب بالضعف الشخصي.

٤- يمكن للخجول أن يؤكد ذاته.

٥- يمكن للخجول أن يعبر عن مشاعره بصراحة.

٦- اللعب مع الطفل الاقل خجلاً.

٧- يكون الخجول أكثر جرأة من خلال مساعدته للآخرين وأن يساعد غيره الاقل كفاءة والأصغر سناً.

٨- يستطيع الخجول أن يقول لغيره أن ما قلته مثير للاهتمام ولكن هل فكرت بأن تنظر للموضوع على نحو مختلف؟

٦- اشرك الطفل في مجموعات اللعب الموجه أو التدريب على المهارات:

أ- إن اشتراك الخجول في نشاطات جمعية يساعد على التفاعل بشكل طبيعي.

ب- ان العاب الورق او الشطرنج أو طاولة الزهر تستخدم لزيادة الحديث.

٧- علم الطفل على التحدث الايجابي مع الذات:

إن واحداً من اكثر العناصر تدميراً للخجل هو قناعة الفرد بأنه ذو (شخصية خجولة) .

أ- إفهام الخجول أن الخطأ ليس فيه ولكن الخطأ يكمن في سلوكه .

ب- عندما يتغير السلوك فان الخجل سيزول .

جـ- علم الطفل ان يقوم بتحية كل فرد وبعدها سيقوم بالتحدث لدقيقتين .

د- تعليم الطفل أن يركز على الجوانب الايجابية وان يفكر كم هو رائع .

هـ- تعليم الطفل ان يتحدث مع نفسه ويقول (عندما أكون مع أناس مهمين فانني افكر بانجازاتي بدلاً من ان أفكر ان غيري أفضل مني) .

و- علم الطفل أن يقول لنفسه (انا ابن تسعة أشهر والذي أمامي ابن تسعة أيضاً وأنا لا ينقصني شيء وربما اتميز عليه بأنني أتقن شيئاً ما) .

ز- علم الطفل ان يتوقف عن قول عبارات مثل (أنا شخص غير جيد) إن غيري افضل مني واكثر ذكاء) وعلى الطفل أن يقول (إنني شخص جيد) .

٨- إعادة البناء المعرفي أو العلاج العقلاني الانفعالي :

لقد أخذ المعالجون النفسيون في الآونة الأخيرة يستخدمون بشكل متزايد هذا الأسلوب ، وهو عبارة عن أشكال منظمة من الحديث الايجابي مع الذات ، والفكرة الأساسية هي تغيير الطريقة التي يفكر بها الافراد حول انفسهم مثل : (انه ليس خطئي ان الاولاد يحبون إغاظتي) أو (أنا استطيع ان احتفظ بمشاعر جيدة نحو نفسي حتى لو اعتقد الآخرون بأنني شخص غريب الأطوار) .

أ- يمكن للمعالج تغيير الافكار غير العقلانية التي عند الطفل بطريقة مباشرة مثل المعتقدات المتعلقة بأن على الإنسان أن يكون كاملاً مع ان الكمال لله .

أو ان يحصل على تقبل كلي من الآخرين فللناس وجهات نظر مختلفة . أو أنه

غير قادر على تحمل أي نقد أو عدوان.

ب- على الطفل تغيير افكاره قبل مقابلة مجموعة من الناس بانه سيستفيد منهم.

جـ- على الطفل تجريب سلوكات جديدة وزيادة ايجابية حتى يحدث تحسن تدريجي له.

**مشكلات العلاقة مع مجموعة الرفاق:**

هناك صعوبات يعانيها الاطفال في علاقاتهم مع بعضهم البعض ومن هذه الصعوبات:

١ - العدوان.

٢- العزلة الاجتماعية.

**١- العدوان:**

يعتبر العدوان استجابة طبيعية لدى صغار الأطفال الذين هم بحاجة الى حماية أمنهم أو سعادتهم أو فرديتهم.

**تعريف العدوان:**

هو السلوك الذي يؤدي الى الحاق الأذى الشخصي بالغير.

وقد يكون الأذى:

أ- نفسياً على شكل الإهانة أو خفض القيمة.

ب- جسمياً على شكل الايذاء الجسمي والايذاء اللفظي والطفل العدواني يميل لأن يكون قهرياً ومتهجماً وغير ناضج وضعيف التعبير عن مشاعره ولديه توجه عملي.

وهناك ثلاثة انواع من العدوان يمكن أن تلاحظ لدى الاطفال وهي:

١ - العدوان الناتج عن استفزاز الاخرين فيقوم الطفل في الدفاع عن الذات.

٢- العدوان غير الناتج عن استفزاز الآخرين حيث يقوم الطفل بالمقابلة باستمرار .

٣- العدوان المتفجر او نوبات الغضب حيث يقوم الطفل بتحطيم الاشياء في البيت .

## أسباب العدوان :

١- غريزة عامة للمقاتلة لدى الانسان .

٢- التعلم من العادات العدوانية

٣- عندما يكافأ الاطفال لقيامهم بتصرفات عدوانية .

٤- احباطات الحياة اليومية

٥- الصراع على الممتلكات .

٦- التلفزيون والهجمات العدوانية .

## الوقاية :

١- تجنب الممارسات والاتجاهات الخاطئة في تنشئة الأطفال وذلك تجنب ما يلي :

١- الاب المتسيب أو المتسامح .

٢- اهمال الطفل وعدم استحسانه

٣- الابوين الذين لا يعطون الدفء والحنان .

٤- استعمال العقاب البدني .

٥- مشاهدة برامج التلفزيون العدوانية .

٦- تكرار النزاعات بين الوالدين .

٧- عدم النشاط البدني وغيره من البدائل .

٨- عدم اشراف الوالدين .

**العلاج :**

١- تعزيز السلوك المطلوب وذلك عن طريق التعزيز ولوحة النجوم

٢- التجاهل المتعمد .

٣- تعليم المهارات الاجتماعية

٤- التفكير قبل العمل .

٥- احترام حقوق الآخرين .

٦- حديث الذات (عد للعشرة) .

٧- البعد عن رفاق السوء والعدوانيين .

٨- تخفيف العدوان عن طريق اللعب .

٩- التأكيد على النظام الحازم .

١٠- امتداح الطفل كلما اظهر اهتماماً بالآخرين .

١١- تحميل المسؤولية للطفل

١٢- البحث عن المشكلة :

أ- حاول أن تكشف الحاجات غير المشبعة التي تثير العدوانية .

ب- إذا كان الجو الذي يعيش فيه الطفل يسيطر عليه النقد الدائم / خفف النقد .

جـ- ربما يعاني الطفل من صعوبات التعلم .

د- ربما يعاني الطفل من اعاقات جسمية تجعل من الصعب عليه ان يجاري الاطفال الآخرين .

**العقاب :**

ينبغي أن يتم تجنب العقاب البدني ، فهو وان كان يؤدي الى الكف الفوري لسلوك العدوان ، إلا أنه غالباً ما يولد مزيداً من العدوان ويؤدي الى تصرفات غير مقبولة في مكان وزمان آخرين ، كما أن الأب الذي يوقع العدوان البدني يقدم نموذجاً لاستخدام العدوان في الوقت الذي يحاول أن يعلم الطفل ان يكون عدوانياً .

اما البديل عن العقاب فهو العزل .

**العزل :**

يجب وضع نظام حازم يعني تنفيذ قواعد العزل بدقة :

**تعريف العزل :**

وهو يعني أن يوضع الطفل لوحده في فترة محددة من الزمن في غرفة مخصصة يُزال منها جميع المثيرات الايجابية وأن توضع بها لعبة للملاكمة أو لوح وطين وحجارة حتى يفرغ فيها الطفل انفعالاته ويمكن عزل الطفل بالحمام أو أي مكان يكون مناسباً للعزل .

في كل مرة يقوم فيها الطفل من ٣-٦ بالمشاجرة أو الازعاج قل له : «سوف تعزل لمدة دقيقتين وهذا يعني أن تذهب لغرفة العزل أو الحمام» ثم سر مع الطفل وافتح له الباب ودعه يدخل وقل له : «سوف أضبط المنبه على دقيقتين وعندما تسمع صوت الجرس يمكنك أن تخرج» .

ومن بين التوجيهات المتعلقة بالعزل ما يلي :

١ - في كل مرة يتصرف فيها الطفل بعدوانية يرسل فوراً الى غرفة العزل .

٢ - قبل ان يرسل الى العزل نقول له (لو أنك لم تتشاجر لما ذهبت لهذه الغرفة)

٣- يغلق على الطفل الباب ولا يعطى أية تعليقات .

٤- يبقى الطفل في غرفة العزل لمدة دقيقتين، وإذا بكى أو أظهر نوبة غضب تحسب الدقيقتان اعتباراً من لحظة توقف البكاء أو نوبات الغضب .

٥- بعد انتهاء مدة العزل يعاد الطفل الى نشاطه المعتاد دون أي تعليق .

٦- عندما يرغب الوالدان بتفسير اسباب العزل للطفل يناقشانه في ذلك .

٧- يتجاهل الوالدان سلوك العدوان البسيط ويتطلب ذلك تجاهله .

٨- يتم تعزيز سلوك اللعب التعاوني على نحو متكرر (بمعدل مرة كل خمس دقائق على الأقل) من قبل الوالدين دون مقاطعة اللعب، ويكون التعزيز بامتداح الطفل أو اعطاء تعليقات مثل (يبدو أنكم جميعاً تستمتعون بوقتكم) .

٩- بعد فترات اللعب المناسب تقدم مكافآت خاصة مثل البيبسي أو البسكويت أو الألعاب والنشاطات الجديدة .

١٠- تنمية مهارات الطفل وتستند له بعض الاعمال التي تزيد من ثقته بنفسه وتعمل على تحويل العدوان الى ان يعين الطفل عريفاً على الصف او ان يقوم بتوزيع الطباشير او ان يظهر ابداعه باحدى مهاراته . وايضاً اظهار الحب والدفء له .

١١- يجب أن نطلب من الطفل تقديم الاعتذار أو التعويض للطفل الذي وقع عليه العدوان .

**العزلة الإجتماعية**

وهو شكل متطرف من الاضطراب في العلاقات مع الرفاق . ويتعمد الاطفال بعدم التفاعل الاجتماعي والعزلة الاجتماعية

إن العزلة الاجتماعية ترتبط بمشكلات اخرى مثل الصعوبات الدراسية وسوء تكيف الشخصية العامة والمشكلات الانفعالية في مرحلة الرشد لاحقاً . وغالباً ما يطور الاطفال المعزولين غالباً بما يطورون سلوكاً منحرفاً . وفي بعض الأحيان يختار الاطفال الاذكياء المبدعون البقاء وحدهم .

إن معظم الاشخاص المنعزلين يشعرون بالخوف وعدم التأكد والتنبه والهجرة والوحدة ويساء فهمهم وتجاهلهم وبذلك ينقص عدد اصدقائهم .

**الأسباب :**

١ - الخوف من الآخرين .

٢- نقص المهارات الاجتماعية .

٣- رفض الوالدين للرفاق .

**العلاج :**

١ - كافىء أي شكل من التفاعل الاجتماعي .

٢- شجع المشاركة مع الجماعة .

٣- درب الطفل على مهارات اجتماعية محددة .

٤ - شراء بعض المعدات التي تجذبه .

ويمكن أن تساعد التوجيهات التالية في تعليم المهارات الاجتماعية للاطفال :

١ - تعليم مهارات الاتصال وخاصة كيفية ا لاصغاء : إذ يمكن ان تبين للطفل كيف يتحدث حديثاً صامتاً مع ذاته وكيف يوجه اسئلة لتستمر المحادثة .

٢- بين للطفل كيف يقيم صداقات عن طريق القاء التحية ، ويسأل ويعطي معلومات

٣- بين للطفل كيف يظهر الاهتمام والانتباه والمساعدة والتعاون وان يستجيب لطلبات غيره ، وأن يعبر عن الدعم والاستحسان وأن يكون عطوفاً . وأن يطلب من الآخرين المساعدة أو المشاركة .

وبعد تعليم المهارات ينبغي تدريب الاطفال على التصرفات الفعالة التي تزيد تقبل الرفاق له . وتشجيع الاطفال على ملاحظة اي شكل من النمذجة الجيدة

ويجب ان يروا اطفالاً يقتربون من بعضهم البعض ويتحدثون بحرية ويلعبون بسعادة .

ان اللعب له فائدة كبيرة للطفل المنعزل اجتماعياً اذ سيعطي وياخذ ويجب على الوالدين مناقشة الطفل بما حدث له بالمدرسة والمجتمع وبيوت الاقارب .

وضح للاطفال لماذا تعتبر بعض التصرفات هامة . وقدم له افكار من عندك

ومن الامثلة الجيدة التي يمكن طرحها على الاطفال السؤال : كيف تستطيع ان تجعل اللعبة اكثر امتاعاً للآخرين ، كما يتعلم الطفل جيداً من مناقشة ما هي السلوكات التي تجعل المواقف مزعجة وغير ممتعة للآخرين .

وبعد أن يتدرب الاطفال على المهارات المناسبة اطلب منهم ان يستخدموها مع الاخرين وان يطلعوك على النتائج .

ملاحظة : من الأهمية بمكان الابتعاد عن المقارنة والعقاب .

**مشكلات التحصيل:**

**الدافعية للدراسة :**

تعريف الدافع : الدافع هو ما يدفع الإنسان إلى القيام بتصرف ما ، فهو حالة داخلية تحرك السلوك وتوجهه . إن أي نشاط يقوم به الطالب لا يبدأ ولا يستمر دون وجود دافع . والدافع داخلي وهو الرغبة ، والحافز خارجي

تعريف الحافز : يمكن أن يكون مكافأة مادية أو معنوية .

إن كبار الاطفال يستجيبون للمنطق فيما يتعلق بتوضيح اهمية التعليم .

## تعريف التعليم :

إنه مهم لانه يساعدك في التعامل مع العالم وكذلك الحصول على عمل جيد، كما أنه من الممتع أن توسع دائرة اهتماماتك ومعلوماتك ومن الدوافع العامة للتعلم ارضاء الله سبحانه وتعالى وارضاء رسوله (صلى الله عليه وسلم) والحرص على ارضاء الوالدين والمعلمين وكسب التقدير والاحترام من افراد المجتمع والعمل على رفع الثقافة العلمية في البلد حتى تتغلب على الاعداء. والوصول الى الكفاءة والتفوق في البيئة إذا شعر الطلاب بان جهودهم سوف تنتهي بحصولهم على نتائج جيدة فانهم يشعرون بالمسؤولية، والنجاح عادة يقود الى نجاح أكبر .

## تعريف دافعية التحصيل :

يعلم الطلاب ذوو الحاجة المرتفعة الى التحصيل بان النجاح يأتي من العمل الجاد وان الفشل يأتي من عدم العمل . وإن وظيفتك هي انك طالب وأما عملك فهو الدراسة .

والمجدون يضعون لأنفسهم اهدافاً مناسبة . فيها تحد لهم وهي قابلة للتحقيق وهم يشعرون بالرضى عندما يحققون اهدافاً مرحلية .

كما أن الرغبة في النجاح تؤدي الى مزيد من المثابرة على نحو أكبر من الفشل . ومن عيوب ضعيفي التحصيل ما يلي :

١- عدم تحمل المسؤولية .

٢- لا يلتزمون بمواعيدهم .

٣- يهربون من المدرسة .

٤- يقدمون واجباتهم متأخرين .

٥- لا يؤذي مشاعرهم بالاحباط الى تحسن أدائهم .

**أسباب ضعف التحصيل :**

١- توقعات الوالدين المرتفعة أي طموحات الاباء أعلى من قدرات الابناء. كذلك فضغط الاباء والعقاب يؤديان الى ان يميل الطلاب الى الانتقام.

٢- التوقعات المنخفظة جداً. فيتعلم الاطفال أن لا يتوقع منهم الا القليل فيستجيبون تبعاً لذلك. فهم يعتقدون أنهم غير قادرين على التحصيل.

٣- عدم الاهتمام: قد يهتم الاباء بالتحصيل ولا يهتمون بالعملية التي تؤدي اليه.

٤- التسيب في التربية من قبل الوالدين الذين يعتقدون أن الاستقلال يعلم الطفل ويزيد دافعيته. وهذا خطأ فقد أكدت الدراسات ان مشاركة الاباء لابنائهم في التحصيل ضرورية وتزيد من تحصيلهم.

٥- الخلافات بين الوالدين التي تؤدي الى طفل مكتئب لا يوجد لديه ميل للدراسة.

٦- النبذ والنقد المتكرر والمقارنة بين الطالب واخوته أو أفراد عائلته والحماية الزائدة والدلال المفرط يعرض الطفل الى عدم تحمل المسؤولية.

٧- تدني تقدير الذات: وهذا يؤدي الى انخفاض الدافعية الاكاديمية للاطفال الذين لا يستطيعون التعبير عن الغضب لانه لا قيمة لهم وهم لا يستطيعون ان يؤكدوا انفسهم، كما أنهم يشعرون بانهم يستحقون الفشل ويميلون الى التقليل من قيمة قدراتهم.

٨- الجو المدرسي غير المناسب وسوء معاملة المعلمين للطلاب واحباطهم

٩- المشكلات النمائية وقلة الذكاء.

**الوقاية :**

١- كن متقبلاً ومشجعاً.

٢- ضع اهدافاً واقعية.

٣- تعليم الطالب النشاط.

٤- كافئ التحصيل الجيد.

٥- تقديم نموذج لتحمل المسؤولية.

٦- الشعور بالفعالية.

**العلاج:**

١- استخدام نظام حوافز قوي.

٢- تعليم الطرق الفعالة لزيادة الدافعية.

٣- مساعدة الطلاب لتحقيق الأهداف.

٤- تفهم مشاعر الطالب وتقديره.

ولمعالجة طالب انخفضت دافعيته عليك القيام بما يلي:

١- شجع الطالب على ان تكون الرغبة بالدراسة نابعة من ذاته وذلك بزيادة دافعيته.

٢- شجع الطالب بوضع هدف واضح امامه وعليه أن يعمل على تحقيقه.

٣- شجع الوالدين على مشاركة ابنهم بالدراسة عن طريق التسميع والسهر معه وتوفير جو هادئ والاهتمام بالتغذية والاضاءة الجيدة.

٤- شجع الوالدين على تقديم مكافئات وتعزيزات في حالة نجاح ابنهما.

٥- شجع الطالب أن يقوم بتعزيز نفسه ذاتياً إذا ما تحسن تحصيله.

٦- شجع الطالب على ان يدرس على مكتب مخصص.

٧- ابعاد جميع المثيرات مثل التلفزيون والتلفون.

٨- عدم الدراسة مع الاصدقاء.

٩- البدء بالدراسة بساعة معينة كل يوم.

١٠- وضع برنامج دراسي على الطالب التقيد به.

١١- أخذ فترة من الراحة بين دراسة مادة وأخرى على أن يقوم بنشاط معين بعيد عن الدراسة.

١٢- شجع الطالب على تحمل المسؤولية بأن يشارك في بعض الاعمال المناسبة.

١٣- ان يأخذ الطالب قسطاً وافياً من النوم من ٧-٨ ساعات.

١٤- مشاركة الاباء للمعلمين لأهمية تلك اللقاءات .

١٥- اتباع طريقة الدراسة الصحيحة وهي :

١- التحضير المسبق للدرس .

٢- الفهم عن المعلم .

٣- التلخيص .

٤- الربط .

٥- الحفظ غيباً .

٦- التسميع .

**عادات الدراسة الخاطئة:**

تعريف العادات الدراسية الصحيحة : وهي تعني استخدام الوظائف العقلية في تحصيل المعرفة حيث تدرس المادة بتــرو وتفحص وتحلل وتراجع وعندما لا نستعمل الطريقة الصحيحة تنتج عندنا عادات خاطئة للدراسة لذلك ينبغي تعليم الاطفال عادات الدراسة الجيدة خلال سنوات المدرسة الابتدائية . وتحسينها في مرحلة الدراسة الثانوية . وتحميل الطالب المسؤولية وزيادة دافعيته للدراسة .

وتؤدي عادات الدراسة الخاطئة في معظم الاحيان الى الضعف التحصيلي وايضاً تؤثر درجة الذكاء التي تعرف بواسطة اختبارات الذكاء .

إن الضعاف تحصيلياً يتصفون بما يلي :

١- أداؤهم ادنى بسنتين من مستوى الطلبة .

٢- لا يكملون واجباتهم ولا يسلمونها .

٣- مهاراتهم في القراءة والكتابة ضعيفة .

٤- استيعابهم ضعيف .

**الاسباب :**

١- توقعات الوالدين العالية جداً .

٢- توقعات الوالدين المنخفضة جداً .

٣- عدم اهتمام الوالدين .

٤- الخلافات بين الوالدين الحادة .

٥- النبذ او النقد المتكرر .

٦- المقارنة بين الاخوة والزملاء

٧- الحماية الزائدة .

٨- تدني تقدير الذات .

٩- الجو الدراسي غير المناسب .

١٠- المشكلات الذاتية جسمياً ونفسياً واجتماعياً .

**الوقاية :**

١- كن مستقبلاً ومشجعاً .

٢- ضع اهدافاً وتوقعات واقعية .

٣- علم الطفل اسلوب التعلم النشط .

٤- كافئ الاهتمام بالتحصيل الاكاديمي .

**العلاج :**

١- استخدم نظام حوافز قوي : إن ذلك يؤدي الى تحسين الاداء الاكاديمي .

٢- علم الاستراتيجيات الفعالة لزيادة الدافعية والمهم هو مساعدة الطالب .

٣- أثر على المدرسة لتصبح اكثر فعالية وأكثر اثارة للدافعية .

٤- أعد النظر في التوقعات وغيرها عند الحاجة

٥- علم الطالب أن لا ينشغل بشيء آخر عند الدراسة .

إن الانجاز الاكاديمي والدافعية يزيدان عندما يشعر الطلاب بان الاباء يتفهمونهم ولا ينتقدونهم ويعطونهم حرية الاختيار .

# قائمة المراجع

١- الدكتور حامد زهران: التوجيه والارشاد النفسي، عالم الكتب، ٣٨ شارع عبد الخالق ثروت، القاهرة.

٢- د. نزيه حمدي، د نسيمة داوود: مشكلات الاطفال والمراهقين واساليب المساعدة فيها، مترجم، الجامعة الأردنية، عمان، ١٩٨٩ .

٣- الدكتورة هيفاء أبو غزالة: دليل المرشد التربوي، وزارة التربية والتعليم، عمان، الاردن، ١٩٨٥ .

٤- الدكتورة كاملة فهيم الفرخ: مدى فعالية برنامج ارشادي للتوافق النفسي لمرضى القلب والسرطان، رسالة دكتوراه، جامعة عين شمس، القاهرة، جمهورية مصر العربية، ١٩٩٠ .



# مبادئ التوجيه والإرشاد النفسي



